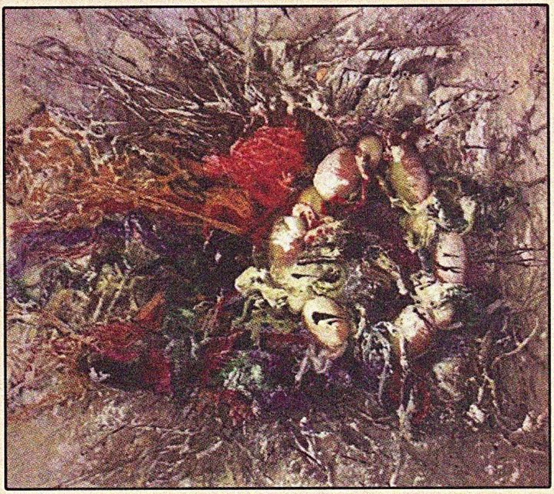
إيريش فروم

فن الوجود



ترجمة

إيناس نبيل سليمان

دار الحوار
عبير

مكتبة لسان العرب
أ. علاء الدين شوقي
رابط بديل
lisanerab.com
www.lisanarb.com

فن الوجود

الكتاب: فن الوجود

المؤلف: إريش فروم

ترجمة: إيناس نبيل سليمان

الطبعة الأولى 2011

حقوق الطبع محفوظة© دار الحوار للنشر والتوزيع

ISBN: 978 – 9933 – 432 – 31 – 7

يتضمن هذا الكتاب الترجمة الكاملة للنص الإنجليزي:

THE ART OF BEING

By: Erich Fromm

Copyright © 1989 by the Estate of Erich Fromm

Introduction to copyright © 1989 by Rainer Funk

1977 The Continuum Publishing Company, New York

حقوق الطبعة العربية محفوظة لدار الحوار للنشر والتوزيع

يمنع نسخ أو تصوير هذا الكتاب أو أجزاء منه بأي وسيلة سواء كانت إلكترونية أو ميكانيكية أو تصوير ضوئي أو تسجيل على أشرطة أو أقراص مقروءة أو أية وسيلة نشر أخرى دون اذن خطي مسبق من دار الحوار للنشر والتوزيع.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the written permission of Dar Al Hiwar Publishing Company.

دار الحوار للنشر والتوزيع www.daralhiwar.com
ص. ب 1018 اللاذقية، سورية، هاتف وفاكس: 339 422 41 963+

البريد الإلكتروني daralhiwar@gmail.com

info@daralhiwar.com

إريش فروم

فن الوجود

ترجمة: إيناس نبيل سليمان

This edition has been produced with a subsidy by the Spotlight on Rights programme in Abu Dhabi.

تم إصدار هذا الكتاب بدعم من برنامج "أضواء على حقوق النشر" في أبوظبي

دار الحوار

إهداء المترجمة

إلى نبيل وسميعة

أدين إليكما بكل ما حفلت به حياتي

إلى نشوان

أذكرك كلما غابت الشمس عن روحي فأتوهج من جديد

مقدمة المحرر

كتب إريك فروم الكهل مخطوطاً كبيراً احتوى على فصول أكثر مما استخدمه في كتابه الذي نُشر عام 1976، كان ذلك ما بين عامي 1974 و1976 في منزله الكائن في لوكارنو في سويسرا، بينما كان يعمل على كتابه "التملك أم الكينونة" (*To Have Or to Be?*). وفي نهاية الأمر جمعَ الفصول الإضافية وضمّنها في الكتاب الذي بين أيدينا الآن. حيث تناول بالكامل مسألة "الخطوات باتجاه الوجود" والتي يمكن للفرد أن يتخذها ليتعلم "فن الوجود".

سحبَ فروم الفصول المتعلقة بالـ "خطوات باتجاه الوجود" من المخطوط قبل فترة وجيزة من تنضيد كتاب "التملك أو الكينونة" إذ اعتقدَ أنه من الممكن أن يسيء القارئ فهم القصد من الكتاب ويتجه إلى البحث عن الشفاء الروحي في وعيه وتطوره وتحليله لذاته *فحسب*، دون تغيير الوقائع الاقتصادية التي تنتج عنها حالة التملك. وللبحث عن جذور ظاهرة النزوع الجماعية لـ "التملك"، وهي ظاهرة نموذجية في المجتمعات المرفهة والقادرة على امتلاك كل شيء، علينا العودة إلى الوقائع الاقتصادية والسياسية والاجتماعية للمجتمع الصناعي الحديث، وتحديداً في تنظيمه للعمل وأساليبه الإنتاجية.

على الرغم من حقيقة أن ميولنا باتجاه التملك متأصلة في الوقائع البنيوية للحضارة الصناعية المعاصرة، إلاّ أن التغلب على هذه الوقائع يتمثل في إعادة اكتشاف الفرد لقوّته الذاتية النفسية والعقلية والجسدية، كما يتمثل في احتمالات تقرير مصيره بنفسه. ولهذا السبب فقد تم نشر هذه "الخطوات باتجاه الوجود" الآن، حيث ستكون هذه الخطوات هي الدليل إلى الوعي الذاتي الفعّال.

وبكل تأكيد فإن النزعات الحالية قد أوضحت بشكل قاطع أن وعي الفرد لنفسه ولإدراكه ولتطوره وخلافه، يعني دائماً شيئاً مختلفاً عن تطوير قوى الفرد الذاتية. وبصورة عامة في يومنا هذا، فقد تعززت، وبكل بساطة، النرجسية الفردية المتضخمة، كما ترسخت حالات العجز عن إيجاد المنطق أو الحب (وهما تبعاً لفروم مواصفات النزوع باتجاه الوجود) كتقنياتٍ للوعي الذاتي تقدّم دعائم جديدة من النزوع باتجاه التملك.

لا يعني الملخص التالي لبعض المعلومات التي تم عرضها من قبل في كتاب "التملك أو الكينونة؟"، أنه بديل عن الاطلاع على ذلك الكتاب، لكنه مجرد تذكير لمن قرأه بأهم الأفكار التي وردت فيه.

لقد فهم إيريش فروم خيارات التملك أو الكينونة على أنهما "حالتان أساسيتان من حالات الوجود أو شكلان مختلفان من النزوع باتجاه الذات والعالم، إنهما نمطان مختلفان من أنماط الشخصية حيث تحدد سيطرة إحداهما على الشخصية كيفية تفكير الشخص عموماً أو كيفية شعوره أو تصرفاته". (التملك أو الكينونة؟ ص: 24) إذا استقصى الفرد كافة الوسائل الممكنة والمختلفة التي تمكّنه من تكييف حياته، فسيخلص عندئذٍ إلى هذه النتيجة: في النهاية، لا بد للفرد من أن يكيّف حياته إما باتجاه التملك أو باتجاه الكينونة.

ماذا يعني أن يقوم شخص ما بتكييف حياته بشكل كامل باتجاه التملك؟

كائناً من يكون ذلك الذي يقوم بتوجيه حياته إلى التملك، فهو يحسم مسألة ماهيته وماهية وجوده ومعنى حياته وأسلوبه في الحياة بناءً على ما يملكه، وما الذي بإمكانه أن يملكه، أو أن يملك المزيد منه. والآن، بوسعنا القول بأن كل شيء تقريباً أصبح قابلاً للتملك أو لرغبة التملك. الأشياء المادية بكافة أشكالها: بدءاً من المنزل والمال والأسهم والأعمال الفنية، وصولاً إلى الكتب والطوابع والعملات وأشياء أخرى يمكن أن تصنّف، بطريقة أو بأخرى، ضمن "شغف الهاوي".

كما يمكن أن يصبح الأشخاص مادة للتملك أو لرغبة التملك، ومن المؤكد أن الفرد لا يصرّح علناً بأنه يمتلك فرداً آخر، أو أنه يعتبر ذلك الفرد ملكية خاصة له، فهو أكثر "حذراً" بهذا الشأن، ويفضّل أن يقول إنه مهتم بالآخرين ومسؤول عنهم. لكن من الجلي أنه أياً يكن الفرد المسؤول عن الآخرين، فإن لديه الحق باتخاذ القرارات بدلاً عنهم. وهكذا فإن الأطفال والمعوقين والعجزة والمرضى وكل من يحتاج إلى رعاية يصبح مصادَراً ومملوكاً من الآخر، كما يتم اعتباره كجزء من ذات الآخر، وليس ذاتاً مستقلة ـ ويا للهول! هل سيتعافى المريض؟ أو هل سيتمنى الطفل أن يتمكن من اتخاذ قراراته بنفسه؟ وهنا فإن حالة التملك واضحة للغاية.

وكأن احتمال أن يصبح الآخرون "ملكية" ليس كافياً، إلا أننا أيضاً مصممون على إدارة حيواتنا باتجاه الاستيلاء على، أو الحصول على، التأثير والاحترام، وإن كل ما يهمنا هو الحصول على التقدير، الصحة، الجمال والشباب، وعندما لا يعود ممكناً الحصول على أي من هذه الأشياء، فإننا نريد امتلاك "التجربة" أو "الذكريات" على أقل تقدير.

ويمكن الحصول على القناعات ذات الطبيعة السياسية الإيديولوجية والدينية والتعامل معها على أنها ممتلكات يتم الدفاع عنها بشراسة إلى حد إراقة الدماء. إن كل شيء متوقف على إذا كان الفرد يمتلك الحقيقة، أو كان محقاً.

من الممكن عملياً امتلاك أي شي إذا كان الفرد قد كيّف أسلوبه في الحياة باتجاه التملّك، لكن المشكلة لا تكمن في رغبة الفرد بامتلاك شيء ما أو عدم رغبته بذلك، بل تكمن فيما إذا كانت شخصية المرء قد تشكّلت باتجاه ما يمتلكه أو ما لا يمتلكه. فالنزعة باتجاه عدم الامتلاك هي نزعة تملكية أيضاً، وهنا لا يدعو فروم إلى الزهد، إذ أن النزوع باتجاه "الوجود" لا ينسجم تماماً مع النزوع باتجاه "اللا تملك"، بل إن السؤال الدائم يتعلق بما إذا كان التملك أو عدم التملك مرتبطان بثبات هدف الفرد في الحياة، وبثباته على هويته الذاتية. من الصعب دائماً التمييز فيما إذا كان المرء يتملّك شيئاً بأسلوب التملّك أم بأسلوب الوجود أو، كما يقول فروم، فيما إذا كان المرء "يمتلك كما لو أنه لا يمتلك". ومع ذلك فإن كل شخص يمكنه اختبار نفسه بشكل سريع، وذلك بأن يسأل نفسه: ما الذي يجده ذا قيمة بالتحديد؟ هكذا سيكوّن فكرة عما سيحدث إذا ما أضاع (أو أضاعت) ما كان يراه هاماً وقيماً، وعما إذا كان سيفقد توازنه، وعما إذا كانت الحياة ستصبح غير ذات معنى. وإذا كان الفرد سيتوقف عن إحساسه بوعيه لذاته، أو بقيمة ذاته (ما هو جوهري بالنسبة لذاته)، وإذا لم يعد للحياة والعمل أية قيمة، فإن المرء يقرر حياته وفقاً للنزوع باتجاه التملّك: مثل الحصول على مهنة محترمة، أطفال مطيعين، علاقة جيدة، نظرة ثاقبة إلى الأمور، حجج أفضل في النقاشات، وهكذا دواليك.

إن الشخص الذي ينزع إلى التملك هو شخص يعتمد دائماً على العكازات أكثر من اعتماده على قدميه، فهذا المرء يستخدم وسيلة

خارجية للوجود، ولكي يكون ذاته التي يرغب بها (أو التي ترغب هي أن تكونها). إنه / إنها يكون نفسه / نفسها فقط بالقدر الذي يكون فيه هذا الشخص ممتلكاً لشيء ما. يحدد هذا الشخص وجوده كشيء وذلك تبعاً إلى ملكيته لشيء. إنه مملوك من قبل ذلك الشيء، وبالتالي فإن الدافع إلى امتلاك الأشياء يمتلكه.

في الوقت نفسه فإن تشبيه: "العكازات التي تحل محل أقدام الفرد" يوضّح ما المقصود بالنزعة المختلفة للوجود، تماماً مثل المرء الذي يمتلك القدرة الجسدية لإدراك ذاته، هنا يمكننا استبدال إدراك الذات بالعكازات، وهكذا يمتلك الفرد القدرات النفسية ليعي ذاته أيضاً: القدرة على الحب، على الفهم، والقدرة على القيام بنشاط فعال. لكن من الممكن أيضاً للفرد أن يستبدل هذه القدرات الداخلية النفسية بالنزوع باتجاه التملك، مثلاً: القدرة على الحب والقدرة على الفهم والقدرة على القيام بنشاط فعّال، والتي تعتمد على امتلاك أهداف التملك تلك التي ينزع الجوهر باتجاهها.

إن الحب والمنطق والنشاطات الفعالة هي قوى الفرد النفسية، وهي تنمو فقط بالدرجة التي تُمارس بها، ولا يمكن أن تُستهلك أو تُشترى أو تُمتلك مثل دوافع التملك، لكن يمكن أن تُمارَس وتُزاول ويُغامر بها وتُنجز. وعلى العكس من دوافع التملّك، والتي يمكن استهلاكها بحسب ما يتوافر منها، فإن الحب والمنطق والنشاطات الفعالة تنمو وتتزايد عندما تُستخدم وتتم مشاركتها مع الآخرين.

إن النزوع باتجاه الوجود يعني دائماً أن هدف المرء في الحياة ينحو إلى قوى المرء النفسية، حيث يدرك المرء، ويطّلع على، ويستوعب حقيقة أن ما هو مجهول وغريب في ذاته، وفي العالم الخارجي، هو مجرد خصائص

لذاته. وبمعرفته هذه، فإن المرء يحصل على علاقة أعظم وأكثر شمولية مع نفسه ومع محيطه.

في كتابه "التملك أو الكينونة؟" انتقل فروم من ملاحظة أن النزعات الحالية باتجاه التملك هي ظاهرة جمعية تأسست ضمن الحقائق الاجتماعية والاقتصادية لمجتمع يمتلك الكثير ويمكنه، كنتيجة لذلك، أن يخضع إلى إغراء إطلاق العنان لنفسه ليكون معرّفاً بصفة الامتلاك. يمكن إيجاد النقص الهائل لقوى الفرد النفسية في الوقائع البنيوية لاقتصاديات عصرنا، وفي منظمات العمل المعاصرة، وفي الحياة الاجتماعية المعاصرة.

إذا كانت جذور تطور الفرد الحتمي موجودة أساساً في الاقتصاد السيكولوجي وتعرف الكثير عن الأفراد في الوقت الحالي، فهي إذن صالحة للاستمرار على أساس تلك الجذور، وفهم الفرد على أنه كان على الدوام كائناً اجتماعياً. ولهذا السبب استبدل فروم فصل "خطوات باتجاه الوجود" باقتراحاتٍ للقيام بتغيير بنيوي. ولهذا السبب فإن تحويل جهود الفرد من النزوع باتجاه التملّك إلى النزوع باتجاه الوجود، يصبح منطقياً فقط إذا غيّرت تلك الجهود في الوقت نفسه من حالة الفرد. يجب تغيير القيم الموجّهة لأسلوب الفرد الذاتي الاقتصادي ـ المجتمعي، سواء في النشاط المهني، أو في مكان عمل المرء، أو في إدراكه الذاتي السياسي والمجتمعي، وذلك ليتمكن من تجربة قواه النفسية الذاتية بأصالة، بما في ذلك قوى المنطق والحب والأنشطة الفعالة، وبالتالي يمكن لهذه القوى أن تنمو وتتعاظم عن طريق استخدامها.

تنسجم محاولتنا للوصول إلى إدراك ذاتنا وتطويرها ورؤيتنا لأنفسهنا ولعالمنا مع الحقيقة الداخلية والخارجية، وترتبط بتحررنا من أسلوب حياتنا الاقتصادي ـ المجتمعي. وهذا تماماً ما تحدث عنه فروم في كتابه

"التملّك أو الكينونة": "يمكن لخارطة الطريق أن تنسجم مع الواقع فقط إلى الحد الذي تتحرر فيه ممارسة الحياة من تناقضاتها ولا عقلانيتها".

في هذا الكتاب يبيّن إيريش فروم أولاً السبل المزيفة لإدراك الذات، تماماً كما قام بتعريفها وتحديدها منذ سنوات خلت، بأساليبها الواعظة. لكنه اقترح بعد ذلك طرقاً لتحقيق إدراك الذات كما أنه شاركنا بخطوات باتجاه الوجود قام شخصياً بممارستها يومياً، مانحاً اهتماماً لتحليل الذات كنوع من التطبيق العملي للتحليل النفسي.

وحيث أن فروم لم يعدّ هذا العمل، والذي يتوافر للمرة الأولى، لينشر، فقد كان هنالك حاجة لبعض الإضافات على الأقسام وتنظيم النص وكذلك على عناوين الفصول.

راينر فنك

توبينغين (ألمانيا)، 1992

(ترجمة لانس دبليو غارنر)

الفصل الأول

1. عن فن الوجود

حاولتُ في الجزء الأول من هذا الكتاب أن أشرح طبيعة حالات التملك والوجود، وتبعات هيمنة أي من الحالتين على سعادة الإنسان، فخلصتُ إلى النتيجة القائلة بأن الأنسنة الصرفة للمرء تحتاج إلى تجاوز نزعة الاستحواذ باتجاه نزعة الفعل، وعلى الأنانية والأنا لصالح المشاركة والآخر. أما في الجزء الثاني من الكتاب فقد قدمتُ بعض الاقتراحات العملية فيما يتعلق بالخطوات التي قد تكون ذات فائدة، مثل الاستعداد لبذل جهود باتجاه الأنسنة.

وللخوض في نقاش حول الخطوات الواجب اتخاذها لممارسة "فن الحياة" لا بد من طرح السؤال التالي: "ما هو الهدف من الحياة؟ وماذا تعني الحياة للإنسان؟"، حيث تعتمد كافة الممارسات على إجابة هذا السؤال.

لكن هل لهذا السؤال معنى حقاً؟ هل هناك سبب كامن وراء الرغبة في الحياة؟ هل كنا سنفضّل ألا نحياها إذا لم يكن يوجد سبب لرغبتنا في الحياة؟

في الحقيقة إن كل الكائنات الحية، سواء كانت حيوانات أو بشراً، ترغب بالحياة، ولا تموت هذه الرغبة إلاَ ضمن ظروف استثنائية غير طبيعية، مثل رزوح المرء تحت ألم لا يمكنه احتماله، أو عندما تجتاح الإنسان مشاعر جارفة مثل الحب والكره والفخر والولاء، إذ يمكن لهذه

المشاعر أن تكون أقوى من رغبة الإنسان بالحياة نفسها. يبدو أن الطبيعة، أو يمكنكم القول إنها عملية الاصطفاء، قد وهبت كل كائن حي الرغبة بالحياة، ومهما تكن الأسباب التي يعتقد أنها وراء رغبته في الحياة، فهذه مجرد محاولات لعقلنة ذلك الدافع البيولوجي والغريزي الذي منحته إياه الطبيعة.

ونحن نحتاج بالتأكيد إلى التسليم بصحة الأفكار النظرية للنشوء. لقد طرح ميستر إيكهارت[1] القضية نفسها بطريقة بسيطة شعرية:

"إذا سألت رجلاً طيباً: لماذا تحب الله؟ سيجيبك: لا أعرف.. لأنه الله!"

"لماذا تحب الحقيقة؟"

"لأنها حقيقة"

"لماذا تحب العدالة؟"

"لأنها عدالة!"

"لماذا تحب الطِيْبة؟"

"لأنها طِيْبة!"

"ولماذا تعيش؟"

"أقسم بشرفي أنا لا أعرف.. أنا أحب أن أعيش!"

الحقيقتان اللتان لا تحتاجان إلى تفسير هما: "نحن نرغب بالحياة" و"نحن نحب أن نحيا الحياة"، لكن الأسئلة التي تحتاج إلى إجابة هي: "كيف نرغب أن نعيش؟" "ما الذي نبتغيه من الحياة؟" "ما الذي يجعل الحياة ذات معنى بالنسبة لنا؟"

---

1 ميستر إيكهارت: "الترجمة الحديثة" ترجمة آر بي بلاتكي (نيويورك: هاربر تورش بووكس، هاربر آند رو، 1941)، ص. 242

يجيب الناس بإجابات مختلفة على هذه الأسئلة، والتي تتشابه بشكل أو بآخر، فهنالك من سيقول إنه يرغب بالحب، وغيره من يصرح بأنه يرغب بالسلطة، وهنالك من يتحدث عن رغبته بالشعور بالأمان، وغير هذا وذاك من يقول إنه يرغب بالمتع الحسية والراحة، وسواه من يرغب بالشهرة. لكن الكثيرين سيتفقون على أن ما يرغبون به هو "السعادة"، وهذا أيضاً ما صرح به معظم الفلاسفة وعلماء الدين قائلين إنه الهدف الذي يسعى إليه الإنسان. لكن إذا كانت السعادة تتضمن المعاني المختلفة السابقة، والتي تعتبر حصرية بشكل كبير، فإنها تصبح مجردة، وبالتالي تفقد قيمتها، لكن المهم حقاً هو دراسة معنى كلمة "السعادة" كما يراها الشخص العادي أو الفيلسوف.

وحتى بين المفاهيم المختلفة عن السعادة، فإن هنالك مفهوماً واحداً يتفق عليه معظم المفكرين وهو: "نحن سعداء بالقدر الذي تتحقق فيه رغباتنا"، أو بتعبير آخر" نحن سعداء إذا حصلنا على ما نريد". إن الفارق ما بين المفاهيم المختلفة يكمن في الإجابة على السؤال: "ما هي الحاجات التي يعني تحقيقها بالنسبة لنا السعادة؟" هكذا نصل إلى حيث *تقودنا مسألة هدف ومعنى الحياة إلى مشكلة طبيعة الحاجات الإنسانية*.

ثمة موقفان متعارضان بعامة، الأول: وهو يكاد يكون حصرياً بهذه الأيام، يقول إن الحاجة تتحدد بالكامل ذاتياً، فالحاجة هي سعي إلى شيء أريده بشدة، إلى درجة أنني أمتلك الحق بإطلاق صفة "حاجة" عليه، وبالتالي يصبح إشباع هذه الحاجة يولّد لدي المتعة. وفي هذا الموقف فإن السؤال المطروح ليس: ما هو مصدر الحاجة؟ إذ لا يطرح هذا السؤال مسألة وجود أصول نفسية للحاجة، كما هو الأمر مع حالة الجوع والعطش، بل يطرح مسألة أصول الحاجة إلى التطور الاجتماعي

والحضاري للإنسان، كما هي الحاجة إلى الطعام أو الشراب الراقي أو الحاجة إلى الفن أو إلى الأفكار النظرية. أو هي حاجة محفّزة اجتماعياً مثل الحاجة إلى السيجارة أو السيارة أو إلى واحدة من الأدوات التي لا تحصى. أو، أخيراً، ما إذا كانت حاجة مرضية مثل بعض السلوكيات كالسادية أو المازوشية.

كما لا تتضمن وجهة النظر الأولى السؤال: ما هو أثر الرضا الذي ينتج عن وجود الحاجة لدى المرء؟ سواء كانت تُثري حياته وتسهم في تطوره، أم إذا كانت تضعفه وتعيقه وتمنعه من التطور، بل وتوجهه إلى تدمير ذاته. وسواء فيما إذا كان المرء يستمتع بالارتياح الناجم عن رغبته بالاستماع إلى باخ، أم كان يستمتع بالارتياح الناجم عن ساديته ورغبته بالتحكم في الأشخاص عديمي الحيلة وإيذائهم، فإن مسألة الحاجة تبقى مسألة ذوق شخصي، وطالما أن هذا هو ما يحتاج إليه الشخص، فإن السعادة تتشكل من خلال الرضا الناتج عن تلبية هذه الحاجة. والاستثناءات الوحيدة عادة هي تلك الحالات التي يكون فيها الرضا الناجم عن الحاجة يؤذي بشدة الأشخاص الآخرين، أو يؤذي الفائدة الاجتماعية للشخص نفسه. وهكذا فإن الحاجة إلى التدمير أو الحاجة إلى المخدرات لا يفترض بها أن تكون حاجات يمكن الادعاء بقانونيتها، من واقع أن رضا الأفراد هنا قد ينجم عنه الفرح.

أما وجهة النظر الثانية أو المعارضة فهي مختلفة بشكل كبير وتركز على السؤال التالي: هل تفضي الحاجة إلى تطور الإنسان وسعادته أم هل تعيقه وتؤذيه؟ ووجهة النظر هذه تقول بأن مثل هذه الحاجات متأصلة في طبيعة الإنسان وتفضي إلى تطوره ونضجه، إن الطبيعة الشخصية الصرفة تستبدل بأخرى معيارية وموضوعية، حيث أن تحقيق الرغبات الكامنة في ميول الإنسان فقط يقود إلى السعادة.

للوهلة الأولى أقول: "أنا سعيد إذا حصلت على كل المتع التي أريدها"؛ لكن للوهلة الثانية أقول: "أنا سعيد فقط إذا حصلت على ما يجب أن أرغب به، بالإضافة إلى أنني أرغب بإحراز القدر الأكبر من اكتمال الذات."

ليس هناك من داعٍ للتأكيد على عدم قبول التفكير العلمي التقليدي بوجهة النظر الثانية، إذ أنها تُقدّم مبدأ، أي حكماً على القيمة، إلى المشهد، لتبدو كأنها تلغي موضوعيتها، وهنا لا بد من طرح سؤال حول ما إذا كان المبدأ ذاته موضوعياً. ترى هل يمكننا ألا نتحدث عن "طبيعة الإنسان"؟ وإذا كان الأمر كذلك حقاً، ألا تقود الطبيعة الموضوعية المعرّفة للإنسان إلى افتراض أن هدفه هو هدف باقي الكائنات الحية؟ وأعني هنا أكثر وظائفه اكتمالاً وإدراكه الكامل لإمكانياته؟ هل يعني هذا أنه لا يتبع المبادئ المحددة التي توصله إلى هذا الهدف، بينما تعيقه سواها من الوصول إليه؟

والحق أن هذا واضح لأي بستاني، فالغاية من حياة غصن الورد متأصلة في الاحتمالات داخل غصن الورد، وهذه الاحتمالات تعني أن: أغصان الورد قد نمت بشكل جيد، وأزهارها الأكثر كمالاً هي التي يمكن أن تنمو من هذه البذرة. إذن، فالبستاني يعرف أنه ليصل إلى هدفه، عليه اتباع معايير معينة سبق أن تم اكتشافها بالتجربة. يحتاج غصن الورد إلى نوع معين من التربة وكمية محددة من الرطوبة والحرارة والشمس والظل، في حين يعود إلى البستاني وحده التزويد بتلك الأشياء، إذا كان يريد الحصول على أزهار جميلة. لكن حتى دون مساعدة البستاني، فإن النبتة تحاول أن تزود نفسها بأقصى احتياجاتها. وقد لا تكون قادرة على فعل شيء بخصوص المياه أو التربة، إلا أنها تستطيع التصرف في ما يخص الشمس والحرارة وذلك بأن تنمو ملتوية باتجاه الشمس، وبما أن

هذا الاحتمال موجود لدى غصن الورد، فلماذا لا يحدث الشيء نفسه للجنس البشري؟

حتى إن لم يكن لدينا معرفة نظرية حول أسباب المبادئ التي تفضي إلى التطور الأمثل للإنسان ودوره الوظيفي، فإن التجربة تخبرنا تماماً ما تخبر البستاني. وهنا يكمن سبب وصول أعظم معلمي الإنسانية إلى مبادئ العيش الأساسية نفسها، حيث يصبح جوهر هذه المبادئ هو التغلب على الجشع والأوهام والكراهية والوصول إلى الحب والتعاطف، وتلك هي الظروف الموائمة للحصول على الوجود الأمثل. إن استخلاص النتائج من التجربة، حتى عندما لا يكون بإمكاننا شرح الأدلة نظرياً، هو أمر سليم تماماً، وهو بلا أدنى شك أسلوب "غير علمي"، على الرغم من أن هدف العلماء المثالي يبقى اكتشاف القوانين من وراء البراهين التجريبية.

والآن فإن هؤلاء الذين يصرون على كل الأحكام القيمية المزعومة، في إشارة منهم إلى السعادة البشرية، وليس لديهم أساس نظري على وجودها، هم لا يطرحون المشاكل الفيزيولوجية بالحماسة ذاتها، وذلك على الرغم من عدم اختلاف هذه الحالة عن تلك منطقياً. وبافتراض أن الشخص الذي لديه شراهة لتناول الحلويات سيصاب بالبدانة ويعرض صحته للخطر، فهم لا يقولون عن مثل هذه الحالة: "إذا كان تناول الطعام يشكّل أقصى حدود السعادة لدى المرء، فعليه الاستمرار به، وليس عليه إقناع نفسه أو السماح للآخرين بإقناعه، بالتخلي عن متعته." فهم يعرّفون حالة الشراهة هذه على أنها أمر مختلف عن الرغبات العادية، وتحديداً لأنها تؤذي الكائن الحي. ولا تُسمّى هذه المواصفات بـ "الذاتية - أو حكم قيمة أو غير علمية - وذلك لأن الجميع يعرف الصلة بين الشراهة والصحة. وفي يومنا هذا فإن الجميع يعرفون الكثير عن الأمراض والمشاعر غير العقلانية المؤذية، مثل التوق الشديد إلى الشهرة والسلطة

والامتلاك والانتقام والتسلّط، وبوسع المرء بالفعل تصنيف هذه الحاجات على أنها مؤذية وفقاً للأسس النظرية والسريرية على حد سواء.

يجب على المرء التفكير فقط بـ "التحكم بالمرض"، كالقرحة الهضمية الناتجة عن نمط عيش غير صحي، أو التوتر الناجم عن الطموح المبالغ به، أو الاعتماد على النجاح والضعف في الشخصية المركزية الحقيقية. وهنالك الكثير من الأمراض التي تنطوي تحت الصلة ما بين هذه الأنماط الحياتية الخاطئة والأمراض الجسدية. ففي العقود المعاصرة أشار بعض أطباء الأعصاب، أمثال: سي. فون موناكو، وآر. بي. ليفينغستون وهاينز فون فويرستر، إلى أن الإنسان مزود بوعي بيولوجي قائم في النظام العصبي، تتجذر فيه مبادئ مثل التعاون والتكافل والبحث عن الحقيقة والحرية. بنيت هذه التصورات على اعتبارات من نظرية التطور[2]. وقد حاولتُ أنا شخصياً إثبات أن مبادئ الإنسان الأساسية عبارة عن حالات من التطور الكامل للكائنات البشرية، في حين أن الكثير من الرغبات الذاتية البسيطة مؤذية بشكل موضوعي[3].

قد يكون الهدف من الحياة، وكما يمكن له أن يُفهم في الصفحات القادمة، مطروحاً على أكثر من مستوى، وعموماً يمكن تعريف أغلب هذه المستويات على أنها تطوير للذات وفق الطريقة الأقرب إلى *نموذج الطبيعة البشرية* (سبينوزا)، أو، بكلمات أخرى، التطور بالشكل الأمثل تبعاً لظروف وجود الطبيعة البشرية، وبالتالي *ليصبح* تماماً ما يحتمل أن *يكون المرء*؛ وأن ندع المنطق أو التجربة تقودنا إلى فهم أي المبادئ يوصلنا

---

2 قارن. نقاش وجهات النظر هذه في كتاب فروم، *تشريح النزعة التدميرية لدى الإنسان* (نيويورك، هولت، رينهارت آند وينستون، 1973).

3 قارن. نفس الجزء وفروم، الإنسان في سبيل نفسه (نيويورك: رينهارك آند كو، 1947).

إلى السعادة، آخذين بعين الاعتبار طبيعة الإنسان التي يمكننا المنطق من فهمها (توماس أكويناس).

قد يكون أكثر الأشكال تعبيراً عن مغزى ومعنى الحياة هو الشائع في الشرق الأقصى والشرق الأدنى (وأوروبا): "التحرر العظيم" التحرر من سيطرة الجشع بكافة أشكاله، ومن قيود الأوهام. كما يوجد هذا الجانب المضاعف من التحرر في أنظمة مثل دين "الفيديك الهندي" و"البوذية" و"بوذية زن" الصينية واليابانية، و يوجد في شكل أكثر أسطورية للإله بصفته الملك الأعلى في اليهودية والمسيحية. كما أنه يوجد في أقصى حالات تطوره (في الشرق الأدنى والغرب) في التصوف المسيحي والإسلامي، في سبينوزا وماركس. في هذه التعاليم، يرتبط الانعتاق الداخلي ـ التحرر من قيود الجشع والأوهام ـ بشكل وثيق بالتطور الأمثل للعقل. وهكذا يمكن القول إنه يمكن فهم أن العقل هو استخدام للفكرة بهدف معرفة العالم كما هو، وهذا ما يتناقض مع "الذكاء المتلاعب" الذي يعني استخدام الفكرة بهدف إشباع حاجة الفرد. إن هذه العلاقة بين التحرر من الجشع وأولوية العقل هي ضرورية للغاية، إذ أن عقلنا يعمل فقط إلى الدرجة التي لا يفيض بها بالجشع. إن الشخص الذي يصبح أسيراً لعواطفه غير العاقلة يخسر قدرته على أن يكون موضوعياً، وهو بالضرورة سعيد بمشاعره، وهو يعقلن الأمور فقط عندما يعتقد أنه يقول الحقيقة.

لقد تاه مفهوم التحرر (ببعديه معاً) كهدف للحياة في المجتمع الصناعي، أو يمكن القول إنه تضاءل، وبالتالي تشوه. لقد كان يطلق مفهوم "التحرير" حصرياً على التحرر من القوى الخارجية، مثل تحرر الطبقة الوسطى من الإقطاع، وتحرر الطبقة العاملة من الرأسمالية، وتحرر الشعوب الآسيوية والإفريقية من الإمبريالية. وهكذا فإن الشكل الوحيد

من التحرر والذي تم التأكيد عليه، هو التحرر من القوى الخارجية، وقد كان هذا بالضرورة تحرراً سياسياً[4].

وبالفعل، فإن التحرر من الهيمنة الخارجية أمر ضروري، لأن مثل هذه الهيمنة تصيب الذات الإنسانية بالعجز، باستثناء فئة محدودة من الأشخاص النادرين. لكن التأكيد على التحرر الخارجي يتسبب بضرر كبير، ففي المقام الأول، قدّم المتحررون أنفسهم على أنهم حكّام جدد لا يتحدثون إلاّ عن أيديولوجيات الحرية، وفي المقام الثاني، قد يخفي التحرر السياسي حقيقة تشكّل اللاحرية الجديدة بأشكال مجهولة ومخفية. وهذا هو حال الديمقراطية الغربية، حيث يخفي التحرر السياسي حقيقة التبعية بأقنعة مختلفة. (في بلدان الاتحاد السوفيتي كانت الهيمنة أكثر علنية) والأمر الأكثر أهمية هو أن المرء ينسى تماماً أن الإنسان قد يكون عبداً دون تقييده بالسلاسل ـ أي على عكس العبارات الدينية المكررة والقائلة إن الإنسان يمكن أن يكون حراً حتى وهو مقيّد بالسلاسل، فإن هذه التصريحات قد تكون في بعض الحالات النادرة للغاية صحيحة. لكن، هذه التصريحات ليست ذات أهمية في يومنا هذا، و فكرة أن يكون الإنسان عبداً دون تقييده بالسلاسل هي ذات أهمية بالغة في وضعنا الحالي، وقد وضعت القيود الخارجية بكل بساطة داخل الإنسان. إن الرغبات والأفكار التي تملؤه بها القوة الضاغطة من المجتمع تقيده أكثر مما تفعل السلاسل. ويحدث هذا لأن الإنسان يكون شديد الوعي بالقيود الخارجية، لكنه غير واعٍ بالقيود الداخلية التي يحملها متوهماً أنه حر. وبإمكانه محاولة كسر القيود الخارجية، لكن كيف بإمكانه تحرير نفسه من القيود التي لا يدرك أنها موجودة في المقام الأول؟

---

4 هنا أتناول الأفكار والعواطف الشائعة. إذا اعتبرنا فلسفة التنوير بشعارها (الجرأة على المعرفة) وانشغال الفلاسفة بالحرية الداخلية، فإن فكرة الحرية بالتأكيد لم تكن بشكل أساسي فكرة سياسية.

إن أية محاولة للتغلب على الأزمة الكارثية المحتملة على الجزء الصناعي من العالم، وربما على النوع البشري بأسره، يجب أن تبدأ بفهم طبيعة كل من القيود الداخلية والقيود الخارجية، ويجب أن تُبنى على تحرير الإنسان بالمعنى التقليدي والإنساني، بالإضافة إلى المعنى الاجتماعي والسياسي المعاصر. لا تزال الكنيسة تتحدث بشكل كبير عن التحرر الداخلي فقط، وكذلك تتحدث الأحزاب السياسية، بدءاً من الليبراليين وصولاً إلى الشيوعيين، فقط عن التحرر الخارجي. لكن التاريخ قد أظهر بوضوح أن إحدى الأيديولوجيات وبمعزل عن سواها، ستترك الإنسان خاضعاً ومنقوصاً. إن الهدف الوحيد الواقعي هو التحرر الكلي، وهو هدف يمكن أن نسميه بجدارة "الإنسانية المتطرفة أو الثورية".

كما تم تشويه التحرر في المجتمع الصناعي، جرى الأمر ذاته مع مفهوم العقل، فمنذ بداية عصر النهضة كان الموضوع الرئيسي هو أن العقل حاول استيعاب الطبيعة، وكانت معجزات أساليب الوصول إلى ذلك الهدف هي ثمار العلم الجديد. لكن الإنسان نفسه لم يعد مادة البحث، باستثناء الوقت الراهن في الأشكال المتطرفة من علم النفس وعلم الأنسنة وعلم الاجتماع، حيث تدهورت حال الإنسان أكثر فأكثر ليصبح مجرد وسيلة لتحقيق الأهداف الاقتصادية. وفي أقل من ثلاثة عقود تلت عصر سبينوزا، كان فرويد هو الأول الذي جعل من "جوهر الإنسان" مادة للعلم، على الرغم من أن فرويد كان مؤطراً بإطار المادية البرجوازية الضيق.

إن السؤال الحاسم اليوم هو، كما أراه شخصياً، ما إذا كان بإمكاننا إعادة المفهوم التقليدي للتحرر الداخلي والخارجي مع مفهوم العقل بشكليه الاثنين: التطبيقات على الطبيعة (أي العلم)، والتطبيقات على الإنسان (أي الوعي الذاتي).

قبل البدء بتقديم الاقتراحات المتعلقة بخطوات تمهيدية محددة في تعلم فن الحياة، أريد أن أتأكد من عدم وجود سوء فهم لنواياي، فإذا كان القارئ يتوقع هذا الفصل هو وصفة قصيرة لتعلّم فن الحياة، فمن الأفضل له أن يتوقف عن القراءة هنا. إذ أن كل ما أريد تقديمه - ويمكنني تقديمه - هو مجرد اقتراحات باتجاهات سيجد القارئ بنفسه الإجابات عليها، وأن أصوّر مؤقتاً بعض هذه الاتجاهات. الأمر الوحيد الذي قد يعوّض القارئ على عدم اكتمال ما سأقوله، هو أني سأتحدث فقط عن الأساليب التي مارستها وجربتها شخصياً.

إن مبدأ هذا العرض يتضمن أنني لن أحاول في الفصول القادمة أن أكتب عن كل أو حتى فقط عن الطرق الأكثر أهمية من الممارسات التمهيدية، بل عن وسائل أخرى مثل اليوغا أو زن أو التأمل عن طريق تكرار كلمة محددة. وقد أهملتُ أساليب ألكساندر، جاكوبسون وفيلدينكرايس للاسترخاء. ولو أردت أن أكتب منهجياً عن كافة الأساليب لاحتجت إلى جزء واحد إضافي على أدنى تقدير، وبمعزل عن هذا، فأنا لن أتمكن من كتابة مثل هذا الملخص، لأني أعتقد أنه ليس بإمكان الكاتب أن يكتب حول تجربة لم يخضها بنفسه.

من الحق أنه يمكن لهذا الفصل أن ينتهي هنا تماماً بالقول: اقرأوا مؤلفات معلمي الحياة، وتعلموا أن تفهموا المعنى الحقيقي لكلماتهم، شكلوا قناعاتكم الخاصة حول ما تريدون فعله في حياتكم، وتجاوزوا الفكرة الساذجة القائلة بأنكم لا تحتاجون إلى معلم أو مرشد أو قدوة، وأنكم تستطيعون أثناء حياتكم اكتشاف ما اكتشفته أعظم العقول في الجنس البشري على مر آلاف السنوات - وأن كل منهم قد بنى ورسم فوق ما خلفه له من سبقه. قال أحد أعظم معلمي فن الحياة ميستر إيكهارت: "كيف بإمكان أي شخص أن يعيش دون أن يتلقى تعاليم فن الحياة والموت؟

رغم أني لن أنهي الكتاب هنا، لكني سأحاول أن أقدم بطريقة بسيطة بعض الأفكار التي تعلمتها من دراسة المعلمين العظماء.

وقبل أن أبدأ باعتبار بعض الخطوات المساعدة، يجب على المرء أن يعي أن العقبات الأساسية أمامه هي تلك التي تعترض طريقه، وإذا لم يكن المرء مدركاً لما يجب عليه تجنّبه، فإن كل جهده سيذهب هباءً.

الفصل الثاني

2. الكذبة الكبرى

قد تكون أصعب العقبات في تعلم فن الحياة هي ما أسميه: "الكذبة الكبرى"، وليس كما هو معروف في مجال التنوير الإنساني، بل على العكس، فالأخير هو مجرد تجلٍ للكذبة الكبرى التي تسود كافة طبقات مجتمعنا. إن ظواهر مثل المنتجاتٍ منتهية الصلاحية، والمنتجات غالية الثمن - وفي الحقيقة عديمة الفائدة إن لم نقل مضرّة للمشتري - والإعلانات التي هي عبارة عن مزيج من قليل من الحقيقة والكثير من الكذب، والكثير من الظواهر الاجتماعية الأخرى، إن ذلك كله ما هو إلا جزء من كذبة كبرى - حيث لا يقاضي القانون إلاّ أكثر أشكالها تطرفاً. وبالحديث عن المنتجات فقط فإن قيمتها الحقيقية تبقى مغطاة بقيمة الإعلان وباسم وعظمة ما يقترحه منتجوها. وكيف يمكن أن يحدث هذا إلاّ في نظامٍ مبدأه الأساسي هو إنتاجٌ يحركه الاهتمام بالربح الأقصى، وليس الاهتمام بالفائدة القصوى للكائنات البشرية؟

لقد أصبحت الكذبة الكبرى في مجال السياسة أكثر وضوحاً مؤخراً من خلال فضيحة ووترغيت وما يصل من أخبار عن حرب الفييتنام، مثل تلك التي يدعيها شعارها المنافق: "النصر قريب"، أو الإدعاءات

الصريحة كما هي التقارير المزيفة عن الهجوم الجوي، لكن لم ينكشف من سرية الكذب السياسي سوى جزء بسيط منه.

وعلى صعيد الفن والأدب فإن الكذب شائع أيضاً. فالجمهور، حتى المثقف منه، قد أضاع قدرته بشكل كبير على إدراك الفرق بين ما هو أصيل وما هو مزيف. كما نجم هذا الخلل عن عدة أسباب، أكثرها هي النزعة الاحتفالية الصرفة عند غالبية الناس، إنهم يقرؤون ويستمعون إلى الكلمات والمفاهيم الفكرية فحسب، ولا ينصتون "بأذنهم الثالثة"[5] إلى دليل أصالة المؤلف، سواء كان تجربة أو اختبار أو بينة. وفي ما يلي مثال على ذلك: "في الأدب الذي يتناول بوذية زن هنالك كتاب أمثال دي تي سوزوكي، والذي تعتبر أصالة عمله فوق الشبهات، فهو يتحدث عما اختبره شخصياً. إن الحقيقة المحضة عن هذه الأصالة تجعل كتبه على الأغلب عسيرة على القراءة، لأنها تتناول جوهر زن ولا تعطي إجابات لإرضاء المنطق. كذلك توجد كتب أخرى تبدو أنها تعرض لأفكار زن بشكل لائق، لكن هؤلاء الكتاب هم مجرد مفكرين ذوي تجربة ضحلة، وكتبهم أسهل على الفهم، وإن كانوا لا ينقلون جوهر الطبيعة الخاصة لـ زن. وفي الوقت نفسه وجدتُ أن معظم الأشخاص الذين يدعون أن لديهم اهتماماً جدياً بـ زن لم يلاحظوا الفرق الخادع بين جودة أعمال سوزوكي وبين غيره.

يكمن السبب الآخر وراء صعوبة فهمنا الفرق بين الأصيل والمزيف، في جاذبية التنويم المغناطيسي للسلطة والشهرة، فإذا كان اسم الإنسان أو كان عنوان الكتاب قد اشتهر بناءً على الدعاية الذكية، فإن الشخص

---

5 يستوحي فروم فكرة "الأذن الثالثة" من فكرة "العين الثالثة" التي تعتبر البوابة إلى العوالم الداخلية وفضاء الوعي الأعلى. وفي العصر الحديث أصبحت العين الثالثة تشير إلى التنوير. في الهندوسية والبوذية هي "عين المعرفة" (المترجمة)

العادي على استعداد لأن يصدق ما يدعيه هذا العمل أو الشخص. ويدعم هذه العملية عامل آخر: في مجتمع ذي صبغة تجارية بالكامل، حيث يؤلف كل من الرائج والفائدة القصوى جوهر القيمة، وحيث أن كل فرد يختبر نفسه كـ "رأسمال"، وعليه أن يستثمر نفسه في السوق بهدف الفائدة القصوى (أي النجاح)، فإن قيمته الذاتية ضئيلة، لا تتجاوز كمية معجون الأسنان التي نستخدمها أثناء تنظيف الأسنان، أو مثل العلاجات النادرة. ولئن كان الشخص العادي لطيفاً، ذكياً، منتجاً، وشجاعاً فإن صفاته هذه ذات أهمية أقل، إذا لم تُستغل لتجعل منه شخصاً ناجحاً. من الناحية الأخرى، فإذا كان شخصاً عادياً مثل: فنان، أو كاتب أو أي كان، وإذا كان نرجسياً، عدائياً، سكيراً، ومادة لعناوين الإعلانات الجاذبة، فهو سيصبح بكل سهولة ـ مع قدر محدود من الموهبة ـ أحد كتّاب أو فناني العصر المشهورين. بالتأكيد لم يصنع نفسه منفرداً، بل تورّط في صنع هذه الشهرة كل من: تجار القطع الفنية، وكلاء الأدب، الإعلاميون، والناشرون، إذ أن جميعهم مهتم بنجاحه المادي. إنهم "يصنعونه" وهو شخص عظيم ـ تماماً كما هو مسحوق الغسيل الذي تراه على شاشة التلفاز، إنه المسحوق الأفضل لكنك لا تستطيع تذكّر اسمه ـ بالتأكيد فإن الكذب والخداع ليسا بأمرين جديدين في الحياة، فقد وُجدا على مر العصور، لكن ربما لم يكن هناك زمن كانت فيه حقيقة الوجود بهذه الأهمية العالية في نظر العامة.

وبعد هذه الأمثلة سنتناول القطاع ذا الكذب الأكبر والأكثر أهمية بالنسبة لمحتوى هذا الكتاب: *الكذب في مجال خلاص الإنسان*، وكينونته المثلى، وتطوره الداخلي وسعادته.

لا بد لي هنا من الاعتراف بأني ترددتُ في كتابة هذا الفصل، حتى أني كنت على وشك استبعاده بعد أن أنهيت كتابته، ويكمن السبب وراء هذا

التردد في حقيقة أنه لم يعد هنالك من عبارات في هذا المجال لم يتم استغلالها تجارياً، وتم تشويهها، وإساءة استخدامها. عبارات مثل: "التطور الإنساني" أو "إمكانية التطور"، "تحقيق الذات"، "التجربة في مواجهة التفكير" "الـ هنا والـ حالاَ"، والكثير سواها من العبارات التي أفقدَها العديد من الكتّاب والجماعات قيمتها، حتى أنها استُخدمت في كتب ترويجية. أفلا يجب علي أن أخشى أن يقوم القارئ بربط أفكار معينة مما أكتبه هنا مع ما كتبه الآخرون بالمعنى المعاكس، فقط لأن بعض الكلمات التي أستخدمها هنا هي ذاتها التي يستخدمها سواي هناك؟ أليس من الملائم أن أتوقف عن الكتابة في هذا المجال نهائياً، أو أن أستخدم رموزاً حسابية يتم تعريفها في قائمة منفصلة؟ أتمنى على القارئ أن يكون مدركاً لحقيقة أن تلك الكلمات، منفردة، ليست حقيقية، ولا تحصل هذه الكلمات على حقيقتها إلا بحسب السياق الذي يتم استخدامها فيه، أو بحسب التراكيب التي تدخل فيها، وبحسب نوايا ومواصفات الشخص الذي يستخدمها. إذا تمت قراءتها من وجهة نظر واحدة، ومن منظور غير عميق، فإنها تخفي الأفكار أكثر مما تنقلها إلى قارئها.

قبل البدء بتقديم صورة مختزلة، أريد أن أصرّح أنه عندما أتحدث عن الكذبة، فأنا لا أضمّن أن القادة والممارسين في حركات متنوعة هم غير صادقين عن سابق إصرار، أو أن لديهم النية لخداع الجماهير. على الرغم من أنه قد يوجد بينهم من تنطبق عليه هذه المواصفات، إلا أني أعتقد أن الكثيرين منهم يحملون نوايا حسنة، ولديهم قناعة بجدوى بضائعهم الروحانية. ومع ذلك لا يقتصر الأمر على الوعي والخداع المقصود فقط، فالأكثر خطراً اجتماعياً هو الخداع الذي يعتقد المؤدي أنه صدق، سواء كان تخطيطاً لشن حرب أو تقديماً للطريق إلى السعادة. وهنالك حقاً بعض الأشياء التي يجب علي قولها حتى وإن كنت سأخاطر بسوء تفسير كلامي على أني أهاجم شخصياً الأشخاص ذوي النية الحسنة.

هنالك، في الحقيقة، سبب صغير يكمن وراء هذه الهجومات الشخصية، إذ أن هؤلاء المتاجرين بالخلاص لا يقبلون سوى بالطلب الواسع على بضائعهم. وكيف يمكن لهذه البضائع أن تكون مختلفة؟ الناس مرتبكون ومترددون، يبحثون عن إجابات توصلهم إلى السعادة والسكينة ومعرفة الذات والخلاص ـ لكنهم أيضاً يريدون أن يكون التعلم سهلاً، أو على الأكثر يحتاج إلى القليل من بذل الجهد إن لم نقل دون جهد على الإطلاق، وأن يحصلوا على النتائج بسهولة.

في العشرينات والثلاثينات (من القرن العشرين) ظهرت حركة جديدة مبنية على اهتمام أصيل لعدد محدود من الأشخاص بأفكار حديثة وآنية غير شائعة، انتظمت هذه الأفكار حول مسألتين أساسيتين: تحرر الجسد وتحرر العقل من القيود التي قيدتنا بها الحياة التقليدية التي شوهتهما.

اعتمد التوجه الأول على مصدرين: أحدهما التحليل النفسي، وهنا كان جورج غروديك هو السبّاق في استخدام وسيلة جعل الجسد خفيفاً، ومساعدة المريض بهذه الطريقة للتخلص من التوترات والقمع. استخدم فيلهلم رايخ الطريقة نفسها، ولكن بأسلوب أكثر منهجية وبوعي نظري أعظم لما كان يقوم به، حيث قام بإزالة المقاومة التي تحمي المرء المكبوت، وذلك بهدم الحالة الجسدية المشوهة والمتشنجة التي تعمل عمل الدفاع الوقائي ضد القمع. لقد بنى رايخ عمله على طرق مختلفة لوعي الجسد، بدءاً من عمل إلسا غيندلر في عشرينيات القرن الماضي.

أما التوجه الثاني والقائل بتحرير العقل فقد تركز غالباً في الأفكار الشرقية، وتحديداً في بعض أشكال اليوغا وبوذية زن، وبوذية التأمل. كل الأفكار والأساليب التي اهتمت بها فئة محدودة من الناس هي أصيلة وهامة، وقد تمكنت من تقديم مساعدة هامة لعدد من الأشخاص الذين لم يتوقعوا أن يجدوا طريقاً مختصراً باتجاه الخلاص.

في الخمسينيات والستينيات (من القرن العشرين) بحث عدد أكبر من الأشخاص عن طرق جديدة إلى السعادة، وبدأ سوق واسع بالتشكل، خصوصاً في كاليفورنيا التي كانت تربة خصبة للمزج بين عدد من الأساليب القانونية، لتقدم ما يشبه البرنامج الروحاني المنوع الذي يجمع بعضاً من الأساليب التي سبق ذكرها، مع أخرى رخيصة كانت تعد بالوصول إلى: الحسية والمرح والتبصر ومعرفة الذات والاسترخاء وتأثيرات أكثر عاطفية، بسرعة أكبر. واليوم لا ينقص هذا البرنامج شيء، إذ يمكنك الحصول على فترة تدريبية حسية، وعلاج مع مجموعة، وزن وتاي تشي تشاون، باختصار يمكنك الحصول على كل ما يخطر في بالك في أجواء محيطة لطيفة، ومع آخرين يعانون من نفس الاضطرابات: نقص في التواصل الحقيقي ونقص في المشاعر الحقيقية. بدءاً من طلاب الجامعة إلى المدراء التنفيذيين، ستتعرف على أشخاص من كافة الفئات، وبأقل جهد ممكن.

مع بعض الوصفات المنوعة مثل: "الإدراك الحسي" ليس هنالك من عيب في التعاليم، لكن العيب الوحيد الذي أراه هو مناخ التعليم. وفي محاولاتٍ أخرى فإن الزيف يكمن في سطحية هذه التعاليم، وبشكل خاص عندما تدعي أنها مبنية على بصيرة المعلمين العظماء. لكن ربما تكون الكذبة الكبرى هي الوعد ـ صراحةً أو مواربة ـ بالتغيير الجذري في الشخصية، بينما يكون كل ما يمنحه هذا التدريب هو مجرد تحسين آني للأعراض، أو في أحسن الأحوال تحريض للطاقة وبعض الاسترخاء. إن هذه الأساليب في جوهرها هي وسيلة لشعور أفضل، وتحسّن وفقاً للمجتمع، وذلك دون تغيير أساسي في الشخصية.

هذا التحرك الكاليفورني بعامة، بالغ الأهمية إذا ما تمت مقارنته بالإنتاج الهائل للبضائع الروحانية المنظمة من قبل، والمحيطة بـ

"المعلمين" الهنود (Guru). لكن النجاح الأكثر إدهاشاً كان ما حققته حركة أطلق عليها اسم "التأمل الفائق" (Transcendendental Meditation T.M) تحت قيادة "ماهاريشي ماهيش يوغي" الهندي، إذ استحوذت على هذا المعلم فكرة تقليدية هندية قديمة، وهي أن تأمّل تعويذة (mantra)[6] ـ والتعويذة عادة ما تكون كلمة من الكتاب الهندي المقدس يُفترض أن تكون لها أهمية خاصة (مثل: "oM" في مجموعة الكتب المقدسة Upanishads[7]) ـ إذا ركز المرء عليها. وتكون نتيجة هذا التركيز هي الاسترخاء، وتخفيف التوتر والشعور بالسعادة الذي يصاحب الاسترخاء. ويمكن ممارسة التأمل الفائق دون إلغاز، وباستخدام كلمات إنجليزية مثل "الثباتً"، "الحب"، "الواحد"، "السلام" أو أية كلمات ذات مغزى، وإذا ما مورست هذه التقنية يومياً وبوضعية استرخاء منتظمة، حيث تغمض العينين لمدة عشرين دقيقة تقريباً، فمن الواضح أنها ستترك أثراً ملحوظاً من الاسترخاء والهدوء وزيادة الطاقة. (وبما أني لم أمارس هذا الطقس شخصياً إلى الآن، فأنا أعتمد فقط على التقارير الموثوقة التي كتبها من مارسها)[8].

من الحق أن ماهاريشي لم يكن هو من اكتشف هذه الممارسة، لكنه هو من اكتشف" كيفية تقديمها وتسويقها. فهو أولاً يبيع التعويذة (mantra)، زاعماً أن لكل فرد تعويذة يتم اختيارها بما يناسب تميز الزبون. (وحتى لو كان هنالك مثل هذا الارتباط ما بين تعويذات محددة

---

6 الهندوسية: كلمة أو عبارة مقدسة تكرر أثناء الصلاة أو التأمل أو التقمص. (المترجمة)

7 Upanishads: هندوسية ـ الكتب المقدسة التي ساهمت في اللاهوت الهندوسي، والتي غالباً ما تم تأليفها ما بين 400 و 200 قبل الميلاد.

8 د. هيربيرت بينسون، رئيس قسم أمراض ارتفاع ضغط الدم في مشفى بوستن، كتب عن انخفاض ملحوظ لضغط الدم عند مرضى قسم أمراض ضغط الدم (نيوزوييك، 5 أيار، 1975)

وأفراد محددين، فكيف سيتمكن واحد من آلاف المعلمين الذين يقومون بتقديم المبتدئين إلى السر، من معرفة ما يكفي عن شخصية الزبون الجديد ليقدم له التعويذة المناسبة؟) إن فكرة التعويذة المصممة خصيصاً هي القاعدة الأساسية لبيعها وبمبلغ ليس بالقليل إلى الزبون الجديد. وهنا تؤخذ الرغبات الشخصية للفرد بعين الاعتبار، ويؤكد المعلم على كفاءة هذا الإنجاز[9]. ويا له من وعد! يمكن تحقيق أية رغبة، لو كان بإمكان الفرد ممارسة التأمل الفائق!

بعد أن يستمع الزبون الجديد إلى محاضرتين تمهيديتين يخضع لمقابلة مع المعلم، وبعد ذلك، وضمن طقوس احتفالية بسيطة يتلقى تعويذته الخاصة، ويُعطى تعليمات بألا يقولها جهاراً سواء لنفسه أو لأي كان. وعليه توقيع تصريح يتعهد فيه أنه لن يعلّم هذه الطريقة إلى الآخرين (من الواضح أن هذا التعهد يضمن المحافظة على سرية الاحتكار). ويحتفظ التابع الجديد بحقه بأن يتم فحصه سنوياً لمراقبة التطور، وذلك من قبل المعلم الذي قام بتقديمه في البداية، على الرغم من أني أفهم هذا على أنه إجراء روتيني.

لقد صار لدى الحركة الآن أكثر من مئات الآلاف من الممارسين التابعين، معظمهم في الولايات المتحدة الأمريكية، بالإضافة إلى أعداد متزايدة في بعض بلدان أوروبا. إن الوعد الذي تقدمه حركة التأمل الفائق هو، علاوة على تحقيق أية رغبة شخصية، أن الممارسة لا تحتاج إلى بذل جهد، لكنها في الوقت ذاته أساس للسلوك الناجح، وإن النجاح والتطور الذاتي يتحققان معاً: اتفق الإله مع قيصر، وكلما تطورتَ روحياً نجحتَ في عملك. حقاً لقد تبنت الحركة بنفسها ـ سواء بإعلاناتها أو بلغتها

9 التأمل الفائق (نشرة جامعة ماهاريشي الدولية، آذار 1974: زيادة التأكيد).

الملتبسة والفارغة غالباً، أو بإشاراتها إلى بعض الأفكار القيمة ـ كل مواصفات المشروع التجاري الناجح.

ليس وجود وشعبية هذه الحركة بمفاجأة كبيرة إلا بالقدر الذي تفاجؤنا به اكتشافات بعض الأدوية الطبية، لكن تكمن المفاجأة في أن أتباعها وممارسيها هم، ومن تجربتي الشخصية، أشخاص نزيهون، وذوي سوية فكرية عالية وبصيرة نفسية راقية. وهنا اعترف بأنني أشعر بالحيرة. ومن باب التأكيد فقط، فإن رد فعلهم الإيجابي يعزى إلى مفعول تمارين التأمل المريح والمفعم بالطاقة. لكن الأمر الذي أراه محيراً جداً هو قبولهم باللغة الملتبسة ـ وبالروح الترويجية الفجة والوعود المبالغ بها والمتاجرة بمسألة الخلاص ـ وبالسبب الذي يدفعهم للمحافظة على ارتباطهم بحركة التأمل الفائق، أكثر من اختيارهمٍ لتقنية أخرى غير غامضة، مثل واحدة من التقنيات التي ذكرت سابقاً. هل تمكن المشروع التجاري الناجح وأساليبه الترويجية من تحقيق كل هذه النجاحات، بحيث على المرء قبوله حتى في مجال التطوير الروحي الفردي؟

على الرغم من التأثير المفضل لتأمل التعويذة إلاّ أنه، برأيي، يؤذي المنتسب. ولكي يتمكن الشخص من تقييم حجم هذا الضرر لا بد له من تجاوز الفعل المستقل لتأمل التعويذة ورؤية البنية الكاملة، والتي تعتبر التعويذة مجرد جزء منها: إن المرء هنا يدعم عبادة وثنية، وبذلك يقلّص حجم استقلاليته، كما أنه يدعم ملمحاً لا إنسانياً لحضارتنا ـ وهو تسليع كافة القيم ـ بالإضافة إلى دعمه لروح التسويق الإعلاني المزيف، ولمبدأ اللا جهد، ولتحوير القيم التقليدية مثل معرفة الذات، المرح، السعادة، بتقديمها بأسلوب أكثر ذكاءً. وفي النتيجة فإن عقل الفرد يصبح حائراً ومليئاً بأوهام جديدة، بالإضافة إلى أوهامه السابقة التي يجب التخلص منها.

ثمة خطر آخر في حركات مثل حركة التأمل الفائق، وهو أنها تُستخدم من قبل أشخاص يتوقون أصلاً إلى تحقيق التغيير الداخلي

وإيجاد معنى جديد للحياة، وبحسب العبارات التي تستخدمها الحركة فإنها تدعم مثل هذه الرغبات. لكنها في الحقيقة وفي أحسن الأحوال ليست سوى وسيلة أخرى، للاسترخاء، ويمكن مقارنتها بـ يوغا هاثا، أو تدريب أوتوجينيك الصادق الذي قدمه البروفيسور آي إتش شولتز (المتوفى)، والذي حقق حالات من الانتعاش والاسترخاء الغني بالطاقة للعديد من الأشخاص. مثل هذا الاسترخاء المرغوب ليس له علاقة بالتغير الجوهري للإنسان من الأنا الطاغية المركزية، إلى الانعتاق الروحاني. ويجب الاعتراف أنه ذو فائدة للشخص المغرور النرجسي، تماماً كما هو ذو فائدة للشخص الذي تخلى عن الكثير من نزعة التملك، لكن بالادعاء أن ما تقدمه حركة التأمل الفائق هو أكثر من استرخاء آني، فإنها تحجب الطريق أمام الكثيرين ممن يبحثون عن الدرب الحقيقي للتحرر، ويعتقدون أنهم وجدوه مع هذه الحركة.

لقد بحثت الحركة مؤخراً، عن جذب وضم أولئك الذين يتعدى اهتمامهم ذواتهم ليصل إلى البشرية بالمطلق. إذ كشفت الماهاريشي عن "خطة العالم" في 8 كانون الثاني 1972، وذلك بعد انقضاء سبعة أيام من الصمت، أمام ألفين من المعلمين الجدد لـ "علم الذكاء الخلاق" على جزيرة مالوركا. حيث سيتم تحقيق خطة العالم هذه بتشييد 3500 "مركز تابع لخطة العالم" يستوعب كل منها مليون شخص، وكل مركز سيقوم بتعليم ألف معلم عن علم الذكاء الخلاّق، ليحصل في نهاية المطاف كل ألف شخص من أنحاء العالم على معلم. لدى خطة العالم سبعة أهداف منها: "تحسين إنجازات الحكومات" و"إلغاء المشاكل القديمة المتعلقة بالجريمة وكافة التصرفات التي تنتج عنها المصائب" ولإدراك هذه الأهداف السبعة هنالك سبعة مناهج. ولتلخيص هدفه من هذا المشروع صرّح "ماهاريشي": "سوف نعتبر أنفسنا قد نجحنا في مهمتنا فقط عندما تتضاءل مشكلات العالم الحالية بشكل أساسي، وتختفي مع الزمن،

وعندما تصبح السلطات التعليمية في كل بلدان العالم قادرة على إنشاء مواطنين مكتملي التطور"[10].

ترى هل تحتاج هذه الخطط حول خلاص العالم إلى أي تعليق لإثبات افتقارها إلى أدنى حد من التفكير، والذي يتجاوز الترويج لوسائل المبيعات الوضيعة؟

لقد ساهم نجاح حركة التأمل الفائق في ظهور مشاريع لحركات مشابهة، وأحد هذه المشاريع كان قد ذكر في نيوزوييك (17 شباط، 1975). إن مخترعها هو جاك روزينبرغ والذي غير اسمه إلى ورنر إرهارد (من رئيس الحكومة الألمانية السابق لودوينغ إرهارد)، قد أسس "مجموعة إرهارد التدريبية" (Erhard Seminar Training EST) حيث قام بتقديم خبرته في اليوغا وزن وتدريب الحسية[11] والعلاج المعاكس[12] كل هذا في "عبوة" واحدة فقط ثمنها 250 دولار في جلسات تقام في عطلتي نهاية أسبوع. وتبعاً لتقرير 1975 فإن ستة آلاف من الباحثين عن الخلاص قد خضعوا لهذه الجلسات، وهذا بفضل "مجموعة إرهارد التدريبية" (Erhard Seminar Training EST). إن هذا بعض ما يمكن قوله عن TM التأمل الفائق، لكنه في الوقت نفسه يبين أنه الآن ليس فقط الهندي، بل وخبير التحفيز الذاتي من ضواحي فيلادلفيا، يمكنهم الخوض في هذا النوع من المشاريع.

---

10 المصدر نفسه

11 Sensitivity Training: أحد أشكال علاج المجموعة الإنساني بدأ في الخمسينيات من القرن العشرين، شارك أعضاء المجموعة في نقاشات غير بناءة بهدف تحسين فهمهم لأنفسهم وللآخرين. (المترجمة)

12 Encounter Therapy: أحد أشكال العلاج الإنساني حيث يقابل المشارك قائد مدرب يرفع من نسبة وعي الذات والمهارات الاجتماعية عن طريق المشاركة العاطفية والمجابهة. (المترجمة)

لقد كرّست جزءاً كبيراً للحديث عن هذه الحركات لأني أعتقد أن هنالك درساً هاماً يمكن تعلمه، فالأساس لأية مقاربة لتحول الذات هو وعي متنام للواقع ولظلال الأوهام. إذ تشوب الأوهام حتى أفضل البيئات التعليمية وتسممها، وأنا لا أشير هنا إلى الأخطاء المحتملة أثناء عملية التعليم. لا يمكن لأحد القول بأن تعاليم بوذا بها شائبة لأنه لا يؤمن بالتقمص، تماماً كما لا يمكن القول بأن نص الإنجيل المقدس به شوائب لأنه يتناقض مع المعرفة الأكثر واقعية في تاريخ الكرة الأرضية وتطور الإنسان. ومع ذلك فإن هنالك كذبات وخداعات جوهرية تشوب تلك التعاليم، مثل الإعلان أنه يمكن تحقيق نتائج أكثر أهمية دون بذل جهد يذكر، أو أن الهوس بالشهرة ينسجم مع غياب الأنا، أو أن الأساليب ذات القبول الاجتماعي الجمعي منسجمة مع الاستقلالية.

أن تكون ساذجاً وسهل الخداع هو أمر غير مقبول، فاليوم أكثر مما سبق تقود الكذبات السائدة إلى كارثة، إذ يعمى الناس عن الأخطار الحقيقية والاحتمالات الواقعية.

يؤمن "الواقعيون"، الذين يبحثون عن الإنسانية، بأن من تحدثنا عنهم مؤخراً يقصدون الخير لكنهم سذّج، ويعيشون بالوهم - باختصار شديد إنهم حمقى. وهم ليسوا مخطئين بالكامل. فمعظم هؤلاء الذين يبغضون العنف، الكراهية والأنانية، هم سذّج، وهم يحتاجون إلى أن يصدقوا بالطيبة الداخلية لجميع الناس ليحافظوا على قناعتهم هذه. إن قناعتهم ليست قوية كفاية ليؤمنوا باحتمالات استمرارية النوع البشري دون أن يتجاهلوا بشاعة وشر الأفراد والجماعات. ما داموا يؤمنون بذلك فإن محاولاتهم للوصول إلى السعادة الكاملة لابد لها من الفشل الذريع. إن جرعة مكثفة من خيبة الأمل سوف تقنعهم بأنهم كانوا مخطئين، وسوف توصلهم بعد ذلك إلى الإحباط، لأنهم لن يجدوا ما يؤمنون به بعد ذلك.

لا بد أن يبنى الإيمان بالحياة، وبالإنسان ذاته وبالآخرين على أساس صلب من الواقعية، أو يمكن القول، على القدرة على معرفة الشر أينما يكن، إن المعرفة بوجود الخداع والخراب والأنانية واجبة، ليس فقط عندما تكون واضحة أمامنا كالشمس، ولكن يجب علينا معرفتها حتى بأشكالها المختلفة المستترة ومبرراتها. والحق أن أشياء مثل الإيمان والحب والأمل يجب أن تتماشى مع بعضها ومع الشغف لرؤية الحقيقة العارية بأن الغرباء سينعتون الموقف بـ "الساخر"، وهو موقف ساخر حقاً، عندما نعني به رفضنا لأن تأخذنا الكذبات المعسولة والسطحية، والتي تغلف تقريباً كل شيء قيل وتم تصديقه. لكن هذا النوع من "السخرية" ليس سخرية بحق، إنها ناقدة بشكل عنيف، أو هي عبارة عن رفض لخوض اللعبة بنظام من الغش. لقد عبر ميستر إيكهارت عن هذا باختصار وإيجاز عندما قال إنها "بسيطة" (وقام المسيح بتعليمها) "إنه لا يخدع، لكنه لا ينخدع أيضاً"[13]

حقاً، لم يكن أي من بوذا، أو الرسل، ولا المسيح، ولا إيكهارت، أو اسبينوزا، أو ماركس ولا حتى ألبرت شويتزر، لم يكن أي من هؤلاء "متصوفاً". بل على العكس، كانوا واقعيين براغماتيين، ومعظمهم كان قد تعرض للاضطهاد والتشهير، ولم يكن ذلك بسبب وعظهم بالفضيلة، لكن لأنهم قالوا الحقيقة. وهم لم يحترموا السلطة، ولا الألقاب أو الشهرة، كما أنهم عرفوا أن الإمبراطور كان عارياً[14]، وعرفوا أنه يمكن للسلطة أن تقضي على من "يقول الحقيقة."

---

13 سيمون، جلس المسيح في المعبد وعلّم"، أعمال المعلم إيكهارت، تي آر، إيفانز (للتأكيد)

14 من الحكاية الشعبية *ملابس الإمبراطور الجديدة* للكاتب الدانماركي هانز كريستيان أندرسون (المترجمة)

3. حديث تافه

إحدى عقبات تعلم فن الوجود هو الانخراط في الحديث التافه.

ما هي التفاهة (Trivial)[15]؟ إنها تعني حرفياً "المكان العام"، وهي عادة ما تشير إلى ضحالة ورتابة ونقص القدرة أو الخصائص الأخلاقية. كما يمكن للفرد تعريف كلمة "تافه" بأنه موقف يهتم بظاهر الأمور فحسب، وليس بأسبابها أو بما يتضمنه جوهرها. مثلاً يمكن إطلاق صفة "تافه" على موقف لا يمكنه التمييز بين ما هو جوهري وما هو غير جوهري، وكذلك ينطبق إطلاق الصفة على موقفٍ سواه يميل إلى جمع الصفتين معاً. كما يمكننا أن نضيف إلى ما سبق أن التفاهة تنتج من اللا حياة، اللا استجابة، الموت، أو من أي اهتمام لا يتعلق بمهمة الإنسان الأساسية وهي الولادة الكاملة.

وبهذا المعنى فإن بوذا قد عرف الكلام التافه بقوله:

إذا انحدر فكر الراهب إلى الكلام، فيجب عليه التفكير بمايلي: "لن أتورط بهذا الحديث التافه، إنه مبتذل، دنيوي وليس مفيداً، كما أن هذا

15 Tr-via أصل الكلمة اللاتيني، ويعني نقطة التقاء الطرق الثلاثة (المترجمة)

لن يوصلني إلى الحياد الكامل (detachment) والموضوعية والسكون والطمأنينة والمعرفة المباشرة والتنوّر والنيرفانا، لن أنخرط في حديث عن الأشياء السخيفة مثل الثرثرة عما يفعله الملوك واللصوص والوزراء والجيوش والمجاعات والحروب، حول الأكل والشرب والملبس والمسكن، وحول التتويج، والعطور، والأقارب، والسيارات، والقرى، والمدن، والبلدات، والبلدان، وحول النساء والخمر، والثرثرة في الطرقات، والكلام الحسن عن الأجداد، وحول مختلف التفاهات، والحكايات عن أصول العالم والبحر، والحديث عن أشياء حدثت بهذا الشكل أو ذاك، والأحاديث المشابهة". وهكذا سيتمكن الراهب من الوصول إلى الفهم الواضح.

"لكن مجرد الكلام يساعد على تحمل الحياة القاسية، وتصفية الذهن، وهذا ما يقود إلى الحياد الكامل (detachment) والسكون والموضوعية والطمأنينة والمعرفة المباشرة والتنوّر والنيبانا[16]، هذا الكلام عن التواضع والقناعة والوحدة والعزلة وممارسات الطاقة والفضيلة والتركيز والحكمة والخلاص هو كلام عن المعرفة والرؤية الموجودة في الخلاص ـ وهذا هو الحديث الذي أريد المشاركة فيه." وهكذا ستتضح الرؤيا أمامه[17].

قد يجد من هو ليس بوذياً أن بعض النماذج التي تم الاستشهاد بها عن الأحاديث التافهة ليست تافهة حقاً، مثل السؤال عن أصل الكون، أو، ربما يرى البوذي أن بوذا لم يقصد تسفيه الحديث عن الموت، إذا ما كان جاداً وبنيّة المساعدة. لكن ربما تكون هذه هي القائمة الطويلة،

---

16 Nibbāna: النيرفانانا باللغة الباليّة، وهي إحدى اللغات الشرق آسيوية الي كُتبت فيها الكثير من النصوص البوذية. (المترجمة)

17 ماي شيما ـ ني كايا، 122، مقتبس من نياثابونيكا ثيرا، ***جوهر التأمل البوذي*** (نيويورك: ساموبل ويزر، 1973)، ص. 172.

بتلخيصها الجريء لبعض الموضوعات التي يقدسها أناس وذات أهمية بالنسبة للكثيرين سواهم، إن هذه القائمة مؤثرة للغاية لأنها تتناقل نكهة التفاهة. كم من مليون محادثة جرت في السنوات القليلة الماضية عن الأوبئة، فيتنام، الشرق الأدنى، ووترغيت، الانتخابات، إلخ. وكم من النادر أن تجاوزت هذه الأحاديث البديهيات ـ مثل وجهة نظر الحزبي المتشدد ـ وتغللت في الجذور والأسباب وراء الظواهر التي تقوم بمناقشتها. يميل المرء إلى الاعتقاد بأن معظم الناس يحتاجون إلى الحروب، الجرائم، الفضائح وحتى المرض ليجدوا مادة لأحاديثهم، وبالتالي يتمكنوا من الحصول على ما يدفعهم إلى التواصل، حتى إن تم ذلك بواسطة حديث تافه. وهل يمكن أن تكون أحاديث الناس إلاّ تافهة عندما يتحولون إلى سلع؟ ألن تتحدث السلع في الأسواق، طبعاً إن كان بمقدورها الكلام، عن الزبائن وعن تصرفات البائعين، وعن آمالها بأن تصبح أغلى ثمناً وأنها ستحيط عندما تكسد على رفوف العرض؟

قد يكون الحديث الأكثر تفاهة هو حديث الشخص عن نفسه، حيث يدور هذا الحديث الأبدي عن الصحة والمرض والأولاد والسفر والنجاحات وماذا فعل الشخص، بالإضافة إلى مليون تفصيل من التفاصيل اليومية التي تبدو أنها هامة. وبما أن المرء لا يمكنه الحديث عن نفسه طيلة الوقت دون أن يصبح مزعجاً، فإن عليه أن يتبادل الأفضلية مع المستمع، وذلك بإعلان جاهزيته للاستماع إلى أحاديث الآخرين عن أنفسهم. إن اللقاءات الاجتماعية الخاصة بين الأفراد (وغالباً ما تكون لقاءات مختلف المجموعات والجماعات) عبارة أسواق صغيرة، يتبادل فيها المرء حاجته الذاتية إلى الحديث عن شخصه مع رغبة الآخر في الاستماع إلى حاجات الآخرين الذين يبحثون عن فرصة مشابهة. ويحترم معظم الناس حالة التبادل هذه، أما من لا يفعل، ويريد أن يتحدث عن نفسه أكثر مما هو

جاهز للاستماع إلى الآخرين فهو "غشاش" وعليه أن يختار شراكة مع من هو أقل مرتبة منه ليحتمله.

يصعب على المرء تقدير حاجة الناس إلى الكلام عن أنفسهم، وإلى أن يجدوا من يستمع إليهم. وإذا كانت هذه الحاجة موجودة فقط لدى النرجسيين الذين لا يشعرون بالكمال إلاّ داخل أنفسهم، فمن السهل فهمها، لكن هذه الحاجة موجودة لدى الشخص العادي، وذلك لأسبابٍ مختلفة ومتأصلة في ثقافتنا. إن الإنسان المعاصر هو إنسان جماهيري، وهو "اجتماعي" بجدارة، لكنه في الوقت نفسه وحيد للغاية. وقد عبّر دايفيد ريزمان عن هذه الظاهرة بشكل لافت للنظر في عنوان كتابه "الحشد المتوحد" (New York: Free Press 1961). لقد أصبح الإنسان المعاصر أكثر نأياً عن الآخرين، وهو يواجه معضلة: فهو خائف من التواصل عن قرب مع الآخر، وهو خائف بالقدر نفسه من الوحدة وعدم وجود أحد يتواصل معه. وهنا تتبلور وظيفة المحادثات التافهة في الإجابة على السؤال التالي: كيف أبقى وحدي دون أن أكون وحيداً؟"

لقد أصبح الكلام إدماناً: "أنا أتكلم إذن أنا موجود، أنا أتكلم إذن أنا لستُ نكرة، أنا أتكلم إذن لدي ماض، وعمل، وأسرة. وبحديثي عن كل ما سبق فأنا أؤكد على ذاتي. إلا أنني أحتاج إلى من يستمع إلي، فإذا كنتُ سأتحدث إلى نفسي فقط فسأفقد عقلي". إن وجود المستمع قبالة المتحدث يُنتج لديه وهم الحوار، بينما في الحقيقة هو يؤدي مونولوجاً لا أكثر.

ومن ناحية أخرى فإن الصحبة السيئة ليست صحبة الأشخاص التافهين فحسب، بل هي صحبة الأشرار والساديين والأشخاص المعادين للحياة. لكن، قد يسأل المرء: ما السبب الكامن وراء صحبتهم السيئة؟ هل من خطر ناجم عن صحبة الأشخاص السيئين، ما لم يحاولوا أذية المرء بشكلٍ أو بآخر؟

للإجابة على هذا السؤال، من الضروري التعرف على قانون العلاقات البشرية: *ليس هناك من اتصال بين اثنين من الكائنات البشرية لا يؤثر في الكائنين معاً*، كما أنه ليس هناك من محادثة بين شخصين، ويمكننا هنا استثناء الأحاديث العفوية الطارئة، يبقى بعدها أحد الشخصين أو كلاهما كما كان قبلها ـ وعلى الرغم من كون التغيير طفيفاً أحياناً، ولا يظهر مباشرةً، إلا أنه يظهر بتأثير تراكمي عند تكرار هذا النوع من اللقاءات.

حتى اللقاءات العابرة تترك أثراً هاماً، فمن منا لم يتأثر على الأقل مرة واحدة في حياته برقة وجه إنسان لمحه، لكنه لم يتحدث معه؟ من منا لم يعرف الرعب الذي نقله إليه وجه مليء بالشر ولم يتعرض إليه لأكثر من لمحة؟ سيتذكر الكثيرون مثل هذه الوجوه والآثار التي تركتها عليهم لسنواتٍ طويلة، أو حتى طيلة حياتهم. ومن منا لم يشعر بالبهجة جراء لقائه بشخص معين، أو بأنه أكثر حيوية وفي مزاج أفضل، وفي بعض الأحيان ربما تتملكه شجاعة مفاجئة ورؤية جديدة، حتى لو لم يكن محتوى المحادثة التي جرت بينهما ذات أثرٍ كبير. ومن ناحية أخرى، فإن آخرين قد مروا بحالة إحباط وإرهاقٍ وضياع بعد لقائهم بأشخاص معينين، لكنهم لم يتمكنوا من معرفة محتوى المحادثة التي تسببت برد فعلهم هذا. وأنا لا أتحدث هنا عن تأثير أشخاص نحبهم، أو نعجب بهم، أو نخاف منهم أو أو.. وإن كان من الواضح أن تأثير هؤلاء علينا قوي، إذ يترك كل ما يقولونه أو يتصرفونه مع شخص واقع تحت سحرهم، عليه أثراً، بل ما أتحدث عنه هنا هو تأثير بعض الأشخاص على أشخاص آخرين ليس بينهم رابطة خاصة.

تقودنا كل الاعتبارات السابقة إلى أنه يفضّل تجنب الصحبة التافهة والشريرة بالكامل، ما لم يكن بإمكان المرء التوكيد المطلق على ذاته، ما يجعل الموقف الآخر (التافه أو الشرير) ضعيفاً.

وبنفس القدر الذي يفرض على المرء الصحبة السيئة، فإن عليه تجنب الخداع: إذ يجب أن يرى المرء النفاق وراء قناع الصداقة، والأذى وراء قناع الشكوى الدائم عن عدم إمكانية تحقيق السعادة، والنرجسية وراء الشخصية الساحرة. وهنا لا ينبغي للمرء أن يتصرف وكأنه / كأنها مأخوذ بمظهر الآخر المخادع ـ فقط ليتجنب إقحام نفسه في حالة خداع ذاتية معينة. لا يحتاج المرء إلى أن يتحدث إلى الآخرين عما يراه، وفي الوقت نفسه، عليه ألاّ يحاول إقناعهم أنه أعمى. لقد عرّف الفيلسوف اليهودي العظيم موسى مايمونيديس (القرن الثاني عشر) أثر الصحبة السيئة، بتقديمه هذا التعريف المتطرف: "إذا كنت تعيش في بلد سكانه من الأشرار، تجنبْ صحبتهم، وإذا حاولوا إجبارك على التعاون معهم غادر البلد، حتى لو اضطررت للذهاب إلى الصحراء".

لماذا نهتم إذا لم يفهم الآخرون تصرفاتنا؟ إن مطلبهم بأن نفعل فقط ما يمكنهم فهمه هو محاولة لإملاء أفعالنا علينا حتى لو عنى هذا أننا "غير اجتماعيين" أو "غير عقلانيين" من وجهة نظرهم. وغالباً ما يستاءون من حريتنا وشجاعتنا على أن نكون ذاتنا. نحن لسنا مضطرين إلى تقديم إيضاحات عن أنفسنا أو محاسبتها أمام أحد، طالما أن أفعالنا لا تؤذيهم أو تنتهكهم. كم دُمرت أرواح بسبب هذه الحاجة إلى "التفسير" والتي تتضمن عادة أن يكون هذا التفسير "مفهوماً" للآخرين، أي: أن يحصل على موافقتهم. دعهم يحكمون على أفعالك، ومن أفعالك تظهر نواياك الحقيقية، لكن عليك أن تعرف أن على الإنسان الحر أن يقدم تفسيرات لذاته فقط ـ أي لعقله ولضميره ـ وللقلة ممن يمكن أن يكون لديهم حق مبرر، ليقدم التفسيرات لهم.

4. لا جهد ـ لا ألم

إن العائق الآخر أمام تعلم فن الوجود هو مبدأ "لا جهد ولا ألم". إن الناس مقتنعون أن إنجاز كل شيء، بما في ذلك أكثر المهام صعوبة، يجب أن يتم دون بذل جهد، أو ببذل أقل قدر ممكن من الجهد، وهذا المبدأ شائع بكثرة، حتى أنه لا يحتاج إلى أن أُفرد له تفسيراً مطوّلاً.

لنأخذ مثالاً على ذلك جميع طرائقنا للتعليم، فنحن نحث الشباب، بل نحن نتوسل إليهم، ليتعلموا. وتحت عناوين مثل "التعبير عن الذات" و"الحرية" ومعاداة الإنجاز"، نقدم إليهم كافة المناهج بأسهل الطرق الممكنة وأكثرها إمتاعاً. والاستثناء الوحيد لهذه الحالة هو العلوم الطبيعية، حيث يكون الإنجاز الحقيقي مطلباً أساسياً، ولا يستطيع المرء التمكّن من هذا العلم "بسهولة". لكن فيما يتعلق بالعلوم الاجتماعية والفن والأدب في المدارس الإعدادية والثانوية، فإن الميول الموجودة هي: سهّل عليهم الأمر، ولا تجعله معقداً! وقد صار يُطلق على البروفيسور الذي يصر على العمل الدؤوب اسم "السلطوي" أو عتيق الطراز.

ليس من الصعب معرفة أسباب هذه الميول في يومنا هذا، إذ إن الحاجة المتزايدة إلى التقنيين ولأنصاف المتعلمين الذين يعملون في الصناعات الخدمية، بدءاً من الموظف ووصولاً إلى التنفيذي، تتطلب أناساً

بمعرفة سطحية كالتي تزودهم بها جامعاتنا. ثانياً: إن نظامنا الاجتماعي بأكمله يعتمد على الاعتقاد الزائف بأن لا أحد مجبر على فعل ما يفعله، إنما يحب أن يفعله. كما يتوفر هذا الاستبدال للسلطة الصريحة بأخرى غامضة توجد تعابيرها في كافة مجالات الحياة: فالسلطة ملتبسة بالخضوع، ويُستحدث الخضوع بطرق مسوغات الجماعة. وكنتيجة لذلك فإن الدراسة أيضاً يجب أن تكون ممتعة وليست إجبارية، وكذلك الأمر في المجالات التي هي بحاجة إلى حد أدنى من المعرفة الجادة.

إن فكرة التعلم دون بذل جهد لها أصول أخرى: فالتطور التقني قلّص حقاً من كمية الطاقة الجسدية اللازمة لإنتاج البضائع. ففي الثورة الصناعية الأولى استُبدلت الطاقة الجسدية للبشر والحيوانات بالطاقة الميكانيكية للآلة، وفي الثورة الصناعية الثانية استُبدل التفكير والتذكّر بآلات مختلفة أكبرها هو جهاز الكمبيوتر. ثم اختُبر هذا التحرر من العمل المجهد على أنه أحد عطاءات "تطور" العصر، وعلى أنه هدية، على اعتبار أن الطاقة البشرية قد تحررت ليتم الاستفادة منها في مهام أخرى أكثر إبداعاً ورقياً. ولكن ليست هذه هي الحالة، فالتحرر من الآلة أنتج كسل مطلق نموذجي ضمن رعب كامل من القيام بأي جهد حقيقي. والحياة الجيدة هي الحياة التي لا نبذل فيها جهداً، وتُعتبر الحاجة إلى بذل جهود كبيرة، كما كانت من قبل، من بقايا العصور الوسطى، وهكذا فإن الفرد يبذل قصارى جهده فقط إذا كان مجبراً حقاً على فعل ذلك، وليس طوعاً. فأنت تستقل سيارتك للوصول إلى المتجر المجاور على بعد مبنيين لتتجنب "جهد" المشي، والموظف في المتجر يجمع ثلاثة أرقام على الآلة الحاسبة ليريح عقله من عناء الحساب.

وتبعاً لمبدأ: "لا جهد"، هنالك مبدأ: "لا ألم"، وهو أيضاً ذو صفة رهابية: إذ يجب أن تتجنب الشعور بالألم والمعاناة الجسدية والعقلية في

مطلق الأحوال. وتدّعي فترة التطور المعاصر بأنها توصل الإنسان إلى أرض الميعاد لـ "الوجود دون ألم". والحق أن الناس طوّرت نوعاً من رهاب مزمن من الألم، والمقصود هنا هو الألم بمعناه العريض، وليس مجرد الألم الجسدي أو العقلي. إنه لمن المؤلم أن نتدرّب على السلم الموسيقي لساعات طويلة يومياً، كما هو الحال عندما ندرس مادة غير مهمة، إنما ضرورية للحصول على المعرفة. ومن المؤلم أيضاً أن يدرس المرء عندما يرغب بلقاء حبيبته أو يرغب فقط بالمشي، أو بالمرح مع أصدقائه. هذه حقاً آلام صغيرة، وبكل أسف يجب أن يكون المرء راغباً بقبولها بسعادة ودون غيظ إذا كان يريد أن يتعلم ما هو جوهري، ويريد أن يصحح أي خطأ في منظومة قيمه. وفيما يتعلق بمعاناة إضافية قاسية، فلا بد من التنويه إلى أن السعادة هي غيض من فيض، والمعاناة هي بعض مما يمر به البشر، والتضامن بين البشر هو أحد أقوى أسس تجربة مشاركة معاناة الفرد مع معاناة الجماعة.

5. مناهضة السلطوية

العقبة الأخرى أمام فن الوجود هي الرهاب من كل ما هو *سلطوي*، والسلطوي هنا هو كل ما يمكن وصفه بأنه "قسري" على الفرد، ويتطلب منه الانضباط. هذا الرهاب هو حالة يعبر عنها الوعي على أنها رغبة بالحرية، وتحديداً بالحرية الكاملة لاتخاذ القرار. ولهذه الحرية الكاملة أصول مختلفة (لقد أعطى جان بول سارتر وعياً فلسفياً لهذا المفهوم). فقبل كل شيء هنالك جذر اقتصادي - اجتماعي لمفهوم الحرية الكاملة، فالاقتصاد الرأسمالي مبني على مبدأ الحرية، حيث تتم عمليات البيع والشراء دون عوائق أو قيود، وهنالك هامش واسع من حرية التصرف دون أي تحفظ أخلاقي أو مبدأ سياسي - باستثناء الأشياء التي يحرّمها القانون، والتي تهدف عموماً إلى ردّ الأذية عن الآخرين. إنما، وعلى الرغم من أن حرية البرجوازية ذات جذور اقتصادية إلى حد كبير، لكننا لا نقدر على استيعاب السمة العاطفية للرغبة بالتحرر، ما لم نأخذ بعين الاعتبار أن هذه الرغبة ذات جذور ضاربة ضمن رغبة وجودية قوية: وهي الحاجة إلى تحقيق الذات، لا أن نكون وسيلة لتحقيق غايات الآخرين.

شيئاً فشيئاً بدأت هذه الرغبة الوجودية للتحرر تُقمع، لكن مع وجود الرغبة بحماية ملكية الفرد، فإن الرغبة الأصيلة إلى الحرية أصبحت مجرد أيديولوجية. وإضافة إلى ذلك هنالك تطور قمعي ظاهري تأسس في العقود الأخيرة، ومع هذا القمع تراجعت السلطوية بشكل ملحوظ في الديمقراطيات الغربية، كما تراجعت أيضاً حرية الفرد الفعلية. وهنا، لم تتغير *حقيقة* التبعية بل *صورتها* فحسب. لقد مارست الفئات الحاكمة في القرن التاسع عشر سلطة مباشرة وصريحة: الملوك، الحكومات، القساوسة، المدراء، الأهل، المدرسون. ومع تغير وسائل الإنتاج، وبخاصة الدور المتعاظم للآلة، ومع الانتقال من فكرة العمل المضني والتوفير إلى مفهوم "الافتراضي" (أي السعادة)، فإن التبعية الشخصية العلنية إلى *شخص* آخر استبدلت بالخضوع إلى *المؤسسة*: قيد لانهائي، مغامرات كبرى، حكومات أقنعت الفرد بأنه حر وبأن كل شيء يتم فعله هو لمصلحته، وأنه، أي الشعب، هو القائد الحقيقي. لكن، وبسبب القوة الهائلة وحجم بيروقراطية الدولة، الجيش، الصناعات، استبدال مدراء أشخاص ببيروقراطية مبنية للمجهول، فإن الفرد أصبح أكثر عجزاً مما كان عليه من قبل، لكنه ليس مدركاً لعجزه.

وليحمي الفرد نفسه أمام هذا الوعي الاجتماعي والفردي المزعج، بات عليه الآن بناء حريته الشخصية المثالية والمطلقة وغير المقيدة. إن إحدى التجليات لهذه الحرية كانت الحرية الجنسية. فقد حاول الكثير من الشباب وذويهم، ممن لا يزالون في منتصف العمر، الوصول إلى هذا المفهوم للحرية برفضهم لأي قيود في فضاء العلاقات الجنسية. وللتأكيد، فإن هذه العملية كانت مفيدة للغاية بشكل ما. فبعد ألفي سنة من الافتراء الديني، وُضع حد لاعتبار الرغبة الجنسيةً والرضا خطيئة، وكذلك الأمر مع مشاعر الذنب اللا منتهية، وهكذا وضع حد لتجديد الخضوع

استعداداً للتكفير عن الذنب. لكن، ومع التقدير الناجم عن أهمية "الثورة الجنسية" التاريخية، لا يمكن للمرء تجاهل "الأعراض الجانبية" الأخرى، والأقل إيجابية، لتلك الثورة التي حاولت التأسيس لحرية *النزوة* بدلاً من التأسيس لحرية *الإرادة*.

ما الفرق بين حرية النزوة وحرية الإرادة؟

إن النزوة هي أية رغبة تخرج عفوياً، ودون أية صلة بنيوية مع الشخصية الكاملة وأهدافها (شكل الجيل الشاب جزء من النموذج العادي). واليوم، وحتى يتم تجاهل الرغبة لا بد من تحقيقها، بما في ذلك أكثر الرغبات جنوناً أو لحظية، إذ أن مجرد التفكير بتأجيل تلك الرغبة يعتبر انتهاكاً لحرية الفرد. فإذا التقى رجل بامرأة مصادفةً، وكان لديهما فائض من الوقت، ويشعران بالضجر، فسيفكر الرجل، بكل بساطة، أن يمارس الجنس مع هذه المرأة، وليس بالضرورة لأن هذه المرأة بالتحديد قد جذبته، أو بسبب حاجاته الجنسية المتأججة، بل بسبب حاجة قهرية لتنفيذ ما يتخيل أنه أمنية. أو فلنقل إن هنالك مراهقاً وحيداً واستقلالياً يمشي بمفرده في الطريق، وفجأة تخطر له فكرة: إنه سيشعر بالإثارة إذا ما طعن ممرضة شابة تمر بجانبه في الطريق، لذلك يقوم بطعنها حتى الموت. وتلك بعض الأمثلة عن كيفية إطلاق الناس العنان لنزواتهم. من المؤكد أن الفعلين السابقين: فعل ممارسة الجنس وفعل القتل، يختلفان بالكامل، لكن ما قام بفعله الشخصان هو نزوة، وهنالك الكثير من الأمثلة التي تُذكر ما بين هذين المثالين المتطرفين، حيث يمكن لأي كان التأكد بنفسه من هذا.

إن المعيار العام للنزوة هو أنها تجيب على السؤال: "ولِمَ لا أفعل ذلك"؟ وليس على السؤال: "لماذا أفعل ذلك؟"، وأنا على ثقة بأن أي امرئٍ يراقب السلوك بدقة سيكتشف التكرار غير العادي لاستهلال الناس

لإجابتهم على السؤال فيما إذا كانوا يفضلون هذا أم ذاك بـ "ولِمَ لا؟". إنّ "لم لا؟" هذه تتضمن أن المرء يقوم بفعل ما لأنه، وببساطة، لا يوجد أي سبب يمنعه من القيام به، وليس لأن هنالك منطقاً لفعله، وهذا بالتالي يتضمن أنه نزوة وليس تجلياً للرغبة. إن اتباع النزوة هو، في الواقع، نتيجة لسلبية داخلية عميقة ممزوجة برغبة لتجنب الضجر. إن الرغبة مبنية على الفعليّة والنزوة على السلبية.

من أكثر الأماكن أهمية للعب دور الحرية الفردية، هي الأماكن الاستهلاكية. ففي سوق السيارات وفي السوبر ماركت: الزبون هو الملك، حيث تتنافس مجموعة كبيرة من العلامات التجارية المختلفة لنوع بضاعة واحد أمامه، إذ أمضت هذه العلامات التجارية أشهراً عديدة على شاشة التلفزيون تحاول جذب الزبون، وعندما يبدأ مرحلة الشراء فهو يبدو إنساناً قوياً، متمتعاً بالحرية الكاملة، وبإمكانه الاختيار ما بين مساحيق الصابون "أ" و"ب" و"ج" التي يبحث عنها كما يفعل المرشحون السياسيون قبل يوم الانتخابات. إن الزبون ـ الملك غير واعٍ بأن ليس له أثر على ما يُعرض عليه، وأن اختياره المزعوم ليس "اختياراً" وبما أن الماركات المختلفة متشابهة أساساً، بل ويتم تصنيعها في المؤسسة نفسها في بعض الأحيان.

هنا يمكننا صياغة قانون فيزيولوجي عام: كلما تعاظم الشعور بالعجز وبنقص الإرادة الأصيلة، كلما تنامى الخضوع أو الرغبة المهووسة بإرضاء نزوة المرء والإصرار على الاختيار.

ولتلخيص ما سبق: فإن العقلنة الأساسية لهوس الاختيار تكمن في فكرة مناهضة السلطوية، وللتأكيد فإن الصراع ضد السلطوية كان ولا يزال ذا أهمية إيجابية عظمى، لكن يمكن لمناهضة السلطوية أن تصبح ـ وقد أصبحت بالفعل ـ عقلنةً لنرجسية انغماس الذات في الملذات، وللحياة

المرحة ذات الطابع الطفولي الذي لا ينتهي. وتبعاً لهربرت ماركوس فإن حتى بدائية الجنسية المرتكزة على الأعضاءِ التناسلية سلطوية، لأنها تحد من حرية الانحرافات قبل التناسلية، أي الانحرافات الشرجية. وأخيراً فإن الخوف من السلطوية يخدم عقلنة نوع من أنواع الجنون والرغبة للهرب من الواقع. إن الواقع يفرض قوانينه على الإنسان، قوانين لا يمكنه الهرب منها إلاّ في أحلامه أو في حالة من الغيبوبة أو الجنون.

الفصل الثالث

6. "الرغبة بالشيء"

إن الشرط الأول لتحقيق إنجاز أعلى من الحد المتوسط في أي مجال كان، بما في ذلك تعلم فن الحياة، هو الرغبة بالشيء[18]. فالرغبة بشيء ما تقتضي اتخاذ قرار بشأنه، وإلزام الذات بتحقيق هدف معين، إنها تعني أن الشخص بالكامل يصبح موجّهاً ومكرّساً إلى شيء محدد اتخذ قراراً بشأنه، فتتدفق كل طاقته باتجاه هدفه المختار.

وإذا توزعت طاقات الشخص في اتجاهات مختلفة، فستتضاءل كمية الطاقة التي يستخدمها للوصول إلى هدفه، فانقسام الطاقات يُضعفها جميعاً مهما كان اتجاهها بسبب الصراعات المستمرة التي تتولد جراء ذلك.

إن الحالة التي نتحدث عنها هنا هي حالة من الهوس، حيث تتحول رغبة الشخص الذي يشكك فيما إذا كان عليه القيام بأمر أو عكسه ـ والذي يتخذ سلوكاً أكثر تردداً تجاه الأشخاص المهمين في حياته ـ إلى حالة عجز كامل عند اتخاذ القرارات، و / أو في نهاية الأمر يصبح عاجزاً نهائياً عن التصرف. بينما في الحالات "الطبيعية" غير المرضية، أي عندما لا تتعارض الأهداف كثيراً، فإن كمية الطاقة المهدورة تكون أقل بشكل واضح، ومع ذلك فإن القدرة على الوصول إلى أي هدف كان

---

18 قارن: إس. كيركغارد *صفاء القلب والرغبة بالشي: الاستعداد الروحي لكرسي الاعتراف* (New York: Harper and Brothers, 1938).

سوف تتناقص بشكل كبير. وفي الحقيقة لا تهم ماهية الهدف سواء كان مادياً أم معنوياً، أخلاقياً أم ليس أخلاقياً. فسارق البنوك يحتاج إلى تلك الرغبة بشيءٍ واحد تماماً كما يحتاج إليها كل من العالِم أو عازف الأوركسترا الهاوي، يُضاف إلى ذلك وجود رغبة لديهم بأن يؤدوا عملهم بشكل ممتاز أو بكفاءة عالية. إن فتور الرغبة يحبس المرء، وبالتالي يصبح غير منتج، مثلما سيحدث مع البروفيسور أو عازف الأوركسترا الهاوي، مع اختلاف الحالات ما بين الأمثلة السابقة، أو عندما يجد العازف الهاوي الوحي. من المحتمل أن يقع اللص في ورطة، وأن يشعر العالِم بالإحباط، بينما يستمتع العازف الهاوي بنشاطه بالكامل لقيمته الجوهرية، إذ أنه لا يتوقع أن يحقق التفوق.

تسهل مراقبة تواتر التناقضات العالقة للأهداف داخل الأشخاص، وبشكل جزئي فإن هذه التناقضات مستمدة من انقسامات موجودة في ثقافتنا، وهذا ما يسِمُ عناصر هذه الثقافة بمجموعات متناقضة من المبادئ: بين مبادئ الإحسان المسيحي والإيثار، ولا مبالاة الطبقة البرجوازية وأنانيتها. لكن عندما تمارَس المبادئ على أرض الواقع، فيتم تبني مبدأ الأنانية بشكل عام، ومع ذلك يبقى عدد محدود من الناس معتنقاً للمبادئ القديمة، وإن كان ليس بالقدر الكافي لأن توصلهم إلى مسار مختلف في الحياة.

لقد تراجعت سمة الإخلاص عند أداء الأعمال بشكل ملحوظ في المجتمع الصناعي المعاصر، ومن الحق أنه إذا قام العامل الذي يعمل على شيء متكرر لا يتوقف، والبيروقراطي الذي يملأ الأوراق بصورة روتينية، وعامل النظافة في الشوارع، أو الشخص الذي يبيع الطوابع في كوة مكتب البريد، إذا حاول أي من هؤلاء القيام بما يفعله بحماس ورغبة كاملة، فسيتعرض إلى خطر أن يفقد عقله جراء ذلك العمل المتكرر. وهكذا فهو يحاول أن يفصل نفسه قدر استطاعته من عمله، ويشغل عقله بمختلف

الأفكار وأحلام اليقظة أو باللاشيء. لكن يبقى هناك بعض الوظائف التي تسمح بتطور الصفات المتميزة، منها على سبيل المثال لا الحصر: الأعمال الشائقة التي يقوم بها أشخاص مثل العالِم والطبيب والفنان وحتى السكرتير، أو مثل المرضة وسائق الحافلة والمحرر والطيّار والنجار. لكن المكننة المتزايدة، ورتابة العمل تقلصان من احتمالات تطور الصفات المتميزة لدى الفرد شيئاً فشيئاً.

للبدء بتناول هذا الموضوع، فإن العمل اليدوي والكهنوتي لا يحتاجان إلى الأتمتة والرتابة التي تحدث في يومنا هذا. وكما تُظهر بعض التجارب المعاصرة، فإنه بمقدور الفرد الحد من رتابة العمل وخلق إمكانية، بدرجة معينة من الرغبة والمهارة، بأن يقوم بعكس عملية التخصص المبالَغ بها وتغيير طرائق الإنتاج، بحيث يمكن للعامل أن يقرر أسلوبه الخاص للتشغيل، وبالتالي يتوقف عن التحدد بالتكرار لواحدة أو اثنتين من الحركات الميكانيكية. ومع ذلك، وفي كافة أنواع الإنتاج الصناعي الضخم، فإن هناك حدوداً لا يمكن تجاوزها للدرجة التي يسمح بها العمل بتطور الاهتمام والسعي إلى تحقيق الأفضل.

لكن الأمر يختلف تماماً عندما نتحدث عن الجانب الاجتماعي للعمل وليس عن جانبه *التقني*. وهذا أكثر وضوحاً اليوم، إذ يكاد أن يكون كل عمل من حولنا هو عمل فريق متكامل، بدءاً من العمل في مصنع السيارات إلى مؤسسات الأبحاث، حيث يجد كل فرد نفسه ضمن شبكة من العلاقات الشخصية، بل هو جزء منها، ذات أشكال مختلفة وإلى درجات مختلفة. إن الحالة الاجتماعية التي أعيش فيها هي جزء من حياتي الخاصة، وهي تؤثر بي بقدر تأثيري بها. وإذا توقف العمال والموظفون في مؤسسة صناعية، أو المرضات والإداريون في مشفى ما عن كونهم "موظفين" مشاركين في إدارة أمور مؤسساتهم بأنفسهم، وإذا كان

بمقدورهم بناء مجتمع معاً، ومعهم كل العاملين في نفس المؤسسة؛ فسوف يجدون أمامهم مهمة محددة بإمكانها تحقيق التميز من خلال عقلنة المؤسسة وقيمة العلاقات الإنسانية. وفي نوع كهذا من العمل المنتِج سيتمكن كل فرد من العمل بإنتاجية فاعلة في حياته[19].

وبمعزل عن كون مكان العمل مؤسسة مجتمعية، فإن مؤسسة المجتمع المثلى تمنح كل فرد في المجتمع إمكانية المساهمة بكل جوارحه. لكن تحقيق هذا يتطلب أن يتوقف المجتمع وممثلوه السياسيون، أي الدولة، عن الوقوف أمام وضد المواطن، بل أن يصبحوا نتاجاً لعمله. ويصبح تحقيق هذا في المرحلة الحالية من الاستلاب مستحيلاً بالكامل. ففي مجتمع إنساني وبعيداً عن حياة الإنسان ذاتها، فإن المجتمع بحد ذاته يصبح جوهر العمل الأكثر أهمية بالنسبة للإنسان - والنهاية الوحيدة لطرفي الطريق.

---

19 قارن: الحديث المطول حول هذه النقطة في إ. فروم، *المجتمع العاقل* (نيويورك: رينهارت آند كو. 1955)

7. اليقظة

يكثر الكلام في يومنا هذا بين الباحثين عن الدروب الجديدة، وعن استبدال الوعي وإطلاق العنان له. ويقصد المرء عادة بهذا الكلام الرؤية الجديدة للعالم بالمعنى الفيزيائي للكلمة، بخاصة، رؤية ألوان وأشكال تظهر بكثافة أكبر وبأشكالها الأصلية بالكامل. لقد ظهرت وسائل وتوصيات متنوعة للوصول إلى حالة الوعي البديل هذه، لكن معظمها يتألف من أدوية علاج نفسي لحالات مختلفة الشدة، بالإضافة إلى حالات من الانتشاء ذاتية التحفيز.

لا يمكن لأحد إنكار إمكانية حدوث هذه الحالات من الوعي اليقظ، لكن قلّة من الأشخاص المتحمسين لهذه الحالات طرحوا السؤال التالي: لماذا يتجه أي كان إلى استبدال وعيه، إذا كان في حالته الوجودية الطبيعية، لم يدنُ أصلاً من حالة وعي متطور طبيعياً؟ والحق أن معظم هؤلاء المتحمسين للوصول إلى حالات الوعي اليقظ لا يملكون حالة متطورة من الوعي أكثر من سواهم من الناس الذين يحتسون فقط القهوة والكحول ويدخنون السيجار. إن حالات الانغماس في عالم من الوعي المنفتح هي حالات للهروب من الوعي المحدود، وبعد عودة من أنجزوا هذه

"الرحلة" لا يبدو عليهم أنهم أصبحوا مختلفين عما كانوا قبل خوضها، وعن الحالة السابقة للبشر الآخرين: أناس نصف يقظين.

يحتاج مصطلح "نصف يقظ" إلى شيء من الإيضاح، وبخاصة منذ أن أشرتُ به إلى حالة العقل المألوفة لدى معظم الناس. نحن مقتنعون أن لدينا سبباً قوياً للتمييز بين حالتي النوم واليقظة، وفي الواقع فإننا على حق إلى حد ما. هنالك فروقات نفسية ـ بيولوجية محددة (أي كيميائية وكهربائية) بين الحالتين. ومن وجهة نظر نفسية ـ بيولوجية فإن الفروقات هي كالتالي: في حالة اليقظة فإن الشخص الكامل ينجز مهمة تزويد نفسه بالطعام والمأوى والحاجات الأخرى. وهو يعيش ويحمي نفسه ضد الأخطار، وغالباً ما يفعل ذلك إما بالهروب أو بالقتال ـ أو يفاوض على أمر يجعله يتفادى الخيارين الآخرين والخطرين بنفس النسبة. في حالة النوم يتحرر الإنسان من مهمة بذل جهود للبقاء على قيد الحياة، فهو لا يحتاج للعمل، وببعض الإشارات التحذيرية فقط، مثل أصوات غير مألوفة تصدر بجانبه، يستيقظ ليدافع عن نفسه. لقد انتقل إلى جوهره ويمكنه الآن أن يصوغ رسائل لنفسه، يقوم بتأليفها وتمثيلها وتنفيذ الخطط التي تمكنه من التعبير عن رغباته وخوفه وأكثر الرؤى عمقاً داخله وداخل الآخرين ـ لقد أصبحت الرؤية بالنسبة له ممكنة من خلال حقيقة أنه لم يعد مسلوب الإرادة من قبل الأصوات التي تنادي بالمنطق، والأوهام التي تتطفل عليه أثناء يقظته[20].

والحق أننا، وبشكل يبدو متناقضاً، نصبح أكثر يقظة في نومنا مما نفعل في يقظتنا. غالباً ما تؤكد أحلامنا أثناء نومنا على أفعالنا المبدعة، أما أحلام اليقظة فتؤكد على كسل عقلنا. لكن حالتي اليقظة والنوم

---

20 قارن: يوجد تحليل أكثر تفصيلاً في إ. فروم، *اللغة المنسية* (New York: Rinehart & Co., 1951).

ليستا كينونتين مختلفتين، ففي كل حالة منهما توجد مجموعة من الحالات الفرعية: مثلاً تتراوح حالة النوم بين حالة النوم الخفيف إلى حالة النوم العميق ـ بالإضافة إلى الحالات التي نحلم فيها (وهي حالات معرّفة من قبل مراقِب يراقب حركة أعيننا التي تسمى تقنياً "حركة العين السريعة" أثناء النوم) والحالات التي لا نحلم أثناءها.

ومن المعروف أيضاً وجود اختلافات مؤكدة ضمن حالة اليقظة. وقد جرت دراسة هذه الاختلافات عن طريق تحليل أنواع من الموجات الكهربائية الصادرة عن الدماغ. وعلى الرغم من أن معرفتنا العملية في هذا المجال لا تزال غير متطورة، لكن المراقبة التجريبية لأنفسنا يمكن أن تزوّدنا ببيانات لم يمكننا الحصول عليها بدقة تجريبية بعد. إن جميع الأشخاص يعرفون ما هي الفروقات بين حالة العقل المتيقظة والمنفتحة والحيوية، وحالات الكسل والإهمال. وفي الوقت نفسه، فإن تجربة عامة تُظهر كيف تتبع إحدى هاتين الحالتين الحالة الأخرى بسرعة كبيرة، وبالتالي يمكن استثناء التفسير المعتاد لقلة النوم أو الشعور بحالة "من التعب فحسب". ومن الشيق تحليل العامل الذي يغير حالة "التعب" إلى حالة "التأهب الحاد".

والمثال الأكثر وضوحاً هو تأثير الأشخاص، إذ يمكن لنفس الشخص الذي كان يجلس بمفرده ويقوم بعمله الروتيني بسأم، ويركز على ما يفعله بالشكل الكافي لتأدية عمله بشكل لائق، يمكن للشخص عينه أن يغادر مكتبه لمقابلة امرأة يحبها. وإذا به يصبح وبصورة مفاجئة رجلاً آخر يقظاً، لمّاحاً، جذاباً ومليئاً بالطاقة والحياة. وهنا يمكننا القول إنه قد انتقل من حالة نصف نائم إلى حالة يقظة تامة. أو نذكر هنا مثالاً معاكساً وهو عبارة عن رجل متزوج، ومنغمس تماماً في عمله الذي يهتم به كثيراً،

حيث يكون يقظاً ونشطاً للغاية أثناء قيامه به، لكنه عندما يصل إلى المنزل يتغير تماماً، فيصبح ضجِراً، نصف نائم ويريد مشاهدة التلفاز وشرب شيء ما فحسب، آملاً أن تقوم أي من النشاطات التي يمارسها في المنزل بتحفيزه. وعندما تفشل كل هذه الفعاليات بذلك، فإن محادثة غير ذات معنى تدور مع زوجته، ثم المزيد من متابعة التلفاز، وفي النهاية يطلق تنهيدة راحة لانتهاء اليوم ـ وقد يختتم كل ما سبق بممارسة جنس متعبة وسريعة. (يحدث هذا فقط في حالة "الزيجات الرتيبة"، حيث توقف الأشخاص منذ وقت طويل عن الحب ـ طبعاً إذا كان هناك حب في الأصل).

كما توجد دوافع أخرى تحفّز حالة اليقظة أيضاً منها: الخطر، والفرصة للفوز والتدمير وإخضاع الآخر، أو إرضاء أي من المشاعر القادرة على تحفيز الشخص. ويمكن لنا القول: "قل لي ما الذي يوقظك أقول لك من أنت."

سيكون من الخطأ افتراض أن *طبيعة* كينونة اليقظة التامة مستقلة عن المحفزات التي تُنتجها. فالإنسان يصل إلى اليقظة الكاملة بإدراكه لخطرٍ ما، فيبقى متأهباً لكافة العوامل المتعلقة بهذا التهديد، إن الرجل الذي تعيده فرصة الربح في المقامرة إلى الحياة، لا يمكنه إدراك المعاناة التي تعيشها زوجته جرّاء إدمانه على المقامرة. وللتعميم، فنحن نصبح متيقظين بالشكل، وإلى الحد، الذي يتطلبه تحقيق إحدى المهام الضرورية والحيوية (مثل العمل أو الدفاع عن مصالح الشخص الحيوية) أو تحقيق غاية عاطفية (مثل كسب المال). وبصورة مختلفة عن هذه الحالة من التأهب الجزئي والنفعي، تظهر حالة الاستيقاظ الكامل، وفي هذه الحالة لا يكون الفرد واعياً فحسب لما يحتاج إلى إدراكه، للاستمرار أو لإرضاء غاياته العاطفية،

بل إنه مدرك لذاته وللعالم من حوله (الناس والطبيعة)، كما أنه يرى، بوضوح كامل وليس بشكل غامض، ما يوجد على السطح وما يوجد في العمق أيضاً. وهكذا يصبح العالم بالنسبة إليه حقيقياً بالكامل، ويصبح كل تفصيل، وكافة التفاصيل بشكلها الخارجي والبنيوي، وحدة كاملة المعنى. وهذا ما يمنحنا الشعور بأن هنالك حجاباً كان دوماً أمام أعيننا ـ ولم نكن ندرك وجوده أمامنا أصلاً ـ ثم سقط فجأة.

هنا أورد مثالاً مألوفاً لدى الجميع عن حالة اليقظة التامة: نحن نعرف وجه إنسان بشكل كامل، وقد يكون هذا الوجه لأحد أقاربنا أو أصدقائنا أو معارفنا أو زميلنا في العمل. وفي يومٍ ما، ولأسباب لا نفهمها غالباً، نرى وجهه بشكل مختلف تماماً، وكأنه اكتسى بعداً جديداً. لقد أصبح موجوداً بالنسبة لنا (وإن لم يكن وجهاً يحمل معان حية). والآن نحن نراه بوضوح استثنائي، وبجلاء، وواقعية. إننا نرى فيه الإنسان وليس "مشاكله" أو ماضيه، أو أية اعتبارات نظرية أخرى، نحن نراه هو فقط، بجوهره (Suchness)[21]. وقد يكون هذا الإنسان شريراً أو طيباً، قوياً أو ضعيفاً، فظاً أو مرهفاً (أو ربما يكون مزيجاً من كل هذه السمات في آن معاً)، لكنه الآن أصبح بالنسبة لنا هو، وملامح وجهه ستبقى راسخةً في أذهاننا، كما لم يعد بإمكاننا أن نفكر به بنفس الأسلوب غير الودي والمداهن والضبابي الذي كنا نراه فيه من ذي قبل. وهنا يمكننا القول إنه ليس يكون من الضرورة أن وجه هذا الشخص قد تغير وأصبح أكثر تعبيراً الآن، وبالنسبة لقلة من الناس فإن لليد، وشكل الجسد،

---

21 Suchness: تترجم Tathata بـ suchness أو Thusness، وهي فكرة رئيسية في البوذية، وكذلك في الهندوسية أبانيشادس، حيث تستخدم لتشير إلى البراهمان. وتمثل Tathata الحقيقة الأصيلة. (المترجمة)

والإيماءات والحركات كلها، المغزى ذاته، أو أنها تحمل دلالات شبَه متقاربة.

ينظر شخصان إلى بعضهما ويتعرفان على بعضهما، كل منهما يرى الآخر بـ suchness الفريدة، ليس بينهما من حاجز، أو غموض، إنهما يريان بعضهما في حالة اليقظة المكثفة، وأثناء هذه العملية من الإدراك المباشر والمنفتح، فإن أحدهما لا *يفكر* بالآخر، وهما لا يتبادلان أسئلة سيكولوجية، ولا يسأل أحدهما كيف وصل الآخر إلى ماهيته الحالية، وكيف سيتغير، وفيما إذا كان شريراً أم طيباً؟ إنهما فقط *في حالة من الإدراك*. لكن فيما بعد، قد يفكران ببعضهما، وربما يحللان، ويقيمان، ويستوضحان ـ لكن إذا فكرا بكل هذا أثناء حالة الإدراك هذه فإن إدراكهما سوف يتحول.

8. الإدراك

تُعتبر كلمات "أن تدرك" و"أن تعرف" و"أن تصبح واعياً" مترادفاتٍ بشكلٍ عام، لكن الأصل الاشتقاقي لكلمة "إدراك" يشير إلى وجود اختلافٍ بينها وبين الكلمتين الأخريين، فبالعودة إلى تاريخ الكلمة في كل من اللغتين الألمانية والإنجليزية، فإن جذر كلمة *الإدراك* (في الألمانية gewahr) يعني "الانتباه" أو "الوعي" (German Aufmerksamkeit). ويتم استخدامها عادة مع أداة وصل (أن) مثل "أن تكون" مدركاً بالشيء أو "أن تصبح" مدركاً للشيء. وهذا يعني أكثر من الوعي البسيط للمعرفة، إنه يحمل معنى اكتشاف الشيء الذي لم يكن ظاهراً تماماً، أو حتى لم يكن متوقعاً، وبكلمات أخرى، إن الإدراك هو المعرفة أو الوعي في حالة من الإصغاء الدقيق.

لنفكر بالمعاني المختلفة التي يحملها الإدراك. من الممكن أن تشير كلمة الإدراك إلى إدراك جسد المرء أو إلى إدراك حالته النفسية (أي مشاعر المرء و حالاته).

من الأمثلة البسيطة التي يمكن إيرادها عن الإدراك الجسدي هو أن يصبح المرء مدركاً لأسلوب تنفسه. إن معرفتنا لحالة التنفس لدينا هو أمر

مؤكد، لكن هذه المعرفة هي أيضاً معرفة عقلانية، ويمكن إثباتها من خلال مراقبتنا لواقعة التنفس لدينا، أي عمليتي الشهيق والزفير، أو من حركة بطننا المرافقة لعملية التنفس. لكن معرفتنا بأننا نتنفس هي أمر مختلف عن إدراكنا لفعل التنفس، ويمكن لأي كان أن يلاحظ الفرق بين المعرفة والإدراك بقيامه بالتجربة البسيطة التالية: يجلس المرء في وضعية مريحة ـ بحيث لا يكون متراخياً أو مشدوداً ـ ثم يغمض عينيه، ويحاول ألاّ يفكر بأي شيء باستثناء تنفسه. إن هذا بلا شك ليس بالسهولة التي يبدو عليها، لأن العديد من الأفكار ستقتحم ذهن المرء، وسوف يلاحظ هذا الأمر بوضوح، وبخاصة عندما يبدأ بالتجربة، وبعد بضع ثوان يتوقف المرء عن إدراكه لتنفسه، ويبدأ بالتفكير بالكثير من الأمور غير ذات الصلة. هنا يُقدّر نجاح المرء في هذه التجربة بمقدار نجاحه بالتركيز على تنفسه، وإدراكه لسير عملية التنفس. وبمعزل عن محاولاته لفرض عملية التنفس أو التحكم بها، ودون أي هدف أو مغزى على الإطلاق؛ فإن المرء يمنح نفسه فعل التنفس. وسيكتشف المرء أن إدراكه للتنفس هو أمر مختلف عن تفكيره بتنفسه. والحق أن كل حالة منهما تقصي الأخرى، فحالما أفكر *بتنفسي*، فإنني لا أستطيع إدراك فعل التنفس.

وهنا أورد مثالاً آخراً[22] يسهل على أي كان تطبيقه: نتخذ من جديد وضعية مريحة، ونغمض عينينا، تاركين يدينا ترتاحان على الفخذين (وهي وضعية تماثيل الفراعنة في معبد أبو سمبل). ثم نقرر أن نرفع ذراعينا بزاوية قائمة، عندما نقوم بهذا الفعل بشكل عفوي وعينانا مفتوحتان، فإن جملتنا العصبية ترسل إشارة إلى العضلات المعنية، فنرفع

---

22 هذا المثال مأخوذ من طريقة "الإدراك الحسي" والتي وصفت من قبل تشارلز بروكز (بالشكل الذي طبقته شارلوت سيلفر) في *الإدراك الحسي: إعادة اكتشاف التجربة* (New York: Viking, 1974).

ذراعنا، ونقوم بهذا الفعل في الحال ونرى التأثير، وهكذا فقد تم تنفيذ الأمر، والآن بإمكاننا إصدار الأمر لنقوم بإنزال الذراع لتعود إلى حالتها الأصلية فوق الفخذين. هل نعتبر أنفسنا أننا جربنا حركة الذراع؟ ليس تماماً، فالذراع هنا عبارة عن أداة، وهنالك فارق بسيط بين أن نكبس الزر ليقوم بدوره برفع ذراع اصطناعية. ما يهم هنا هو الأثر الذي تخلّفه العملية، وليس العملية بحد ذاتها. إذا كنا نريد التركيز على تجربة الحركة، وذلك على عكس الأسلوب المعتاد، فيجب علينا أن ننسى نهاية التجربة ونحرك الذراع ببطء، بحيث نباشر الشعور بكيفية حركتها من لحظة البداية ـ بدءاً من حركة راحة الكف إلى حركة الذراع ـ إلى أن نشعر بها وهي "محمولة في الهواء"، ثم نتابعها وهي تذهب أبعد فأبعد إلى أن تصل تقريباً إلى الارتفاع المخطط له. ومن ثم نتابع تجربتنا وشعورنا بذراعنا وهي تتحرك نزولاً من جديد إلى أن ترتاح تماماً فوق الفخذين. سيلاحظ كل من يقوم بهذا التمرين البسيط بأنه عاش تجربة الذراع المتحركة، ولم يعد مجرد شاهدٍ على "حركة" الذراع. كما سيدرك أيضاً أنه يركز بشدة على كينونة إدراك الحركة التي لم يفكر بها أو يتأملها، إذ قد يفكر بها أو *يتأملها* قبل أو بعد عملية التحريك، ولكن، هنا أثناء عملية الإدراك، تم إقصاء عملية التفكير.

ونجد المبدأ نفسه في "فن التحريك" (والذي تُعلّمه كاتايا ديلاكوفا)، كذلك نجده في تقليدٍ صينيٍ قديم لتعاقب الحركة: "تاي تشي تشوان" (والمثال الأخير هو تمرين موصى به بشكل خاص، لأنه يجمع عناصر الـ "الإدراك الحسي" مع حالة التأمل المكثف[23]).

---

23 أدين لشارلوت سيلفر لتعاليمها حول "الإدراك الحسي" في الأربعينيات، ولكاتايا ديلاكوفا لتعاليمها "فن التحرك" وبشكل خاص تاي تشي تشاون في السنوات الأخيرة.

كذلك نجد الاختلاف ذاته ما بين الإدراك والفكر عندما يتعلق الأمر بإدراكنا لمشاعرنا وأمزجتنا. فإذا كنتُ مدركاً لشعور المرح، الجبن، الحزن، الخوف والكره، فإن هذا يعني أني أشعر، وأن الشعور ليس مكبوتاً، ولكن هذا لا يعني أني أفكر أو *أتأمل* شعوري، وسيكون من الصواب أن أقول: "أنا أعي" ما أشعر به. تُشتق كلمة واعٍ (conscious) من الجذر اللاتيني con وتعني (مع) وscire وتعني *أن* أعرف، أي المشاركة في المعرفة، أو "مع القدرات العقلية المدركة". وتتضمن عبارة "أن أكون واعياً" عنصراً فاعلاً مشابهاً لـ "أن أكون مدركاً لـ"، والمقابل في اللغة الألمانية هو "Bewusstsein" وهي كلمة أكثر تعبيراً، وتعني bewusstes Sein أي كينونة الوعي، وقد استخدمت ككلمتين منفصلتين في اللغة الفلسفية وذلك لغاية القرن الثامن عشر.

بالوصول إلى هنا أكون قد ناقشت مسألة إدراك ما ليس مخفياً. أما النوع الآخر فهو إدراك ما هو مخفي. فأن تكون مدركاً لما هو مخفي يشبه أن تعي اللا وعي، أو أن *تجعل* من المخفي وعياً. و يتطلب هذا الأمر بعامة جهداً فعالاً لتجعل من اللاوعي وعياً. وبإمكاننا أيضاً أن نعرّف العملية نفسها على أنها *كشف* أو *إماطة اللثام عن الوعي*.

لقد كانت نظريتا فرويد وماركس[24] في بدايات المرحلة الأخيرة من المجتمع الصناعي النظريتين الأكثر حسماً، وسعة أفق. فقد تناول ماركس القوى المتحركة والصراعات في العملية التاريخية الاجتماعية، في حين أشار فرويد إلى التناقضات الداخلية الحساسة والدفينة. وقد عمل كلاهما على تحرير الإنسان، على الرغم من أن نظرية ماركس كانت أكثر شمولية

---

24 كانت البوذية أيضاً نظرية حاسمة، وحرّكت الملايين تماماً كما فعلت نظرية ماركس في القرن التاسع عشر. (أدين لـ زي فيسر بإشارته لي على بهذا الشبه).

وأقل التزاماً بالزمن مما كانت عليه نظرية فرويد. كذلك تقاسمت النظريتان المصير نفسه، حيث أنهما أضاعتا أهم خاصية لهما، وهي المتعلقة بالفكرة الحاسمة، وبالتالي التحريرية، وتحولتا على أيدي أكثر معتنقيها "إخلاصاً" إلى أيديولوجيات، وتحول كتّاب النظريتين إلى آلهة.

إن الحقيقة القائلة بأنه يمكن اعتبار أن تحليلات ماركس وفرويد النقدية تشرح الفكرة نفسها، ولكن في بعدين مختلفين، هي حقيقة مبنية على أساس جوهري.

لا يكشف الإدراك فقط عن التناقضات الداخلية، بل يشير كذلك إلى التناقضات التي يتم إنكارها في الحياة الاجتماعية، والتوفيق فيما بينها في الأيديولوجيات (العقلنة الاجتماعية). وبما أن الفرد هو جزء من المجتمع، ولا يمكن تخيله خارج نسيج هذا المجتمع، فإن الأوهام حول الواقعية الاجتماعية تؤثر على صفاء ذهنه، وتمنعه بالتالي من تحرير نفسه من الأوهام حول ذاته. إن القدرة على الرؤية، ومثلها عدم القدرة على الرؤية، غير قابلتين للتقسيم، كذلك هي الخاصية الجوهرية للعقل البشري واحدة، غير قابلة للتقسيم. إن القناعة التي تدعي أنه بإمكان المرء أن يرى من الداخل، لكنه يعمى فيما يتعلق بالعالم الخارجي، تشبه هذه القناعة قولنا إن نور الشمعة يمنح النور باتجاه واحد فقط، وليس بكافة الاتجاهات، وهنا، فإن نور الشمعة هو بمثابة إمكانية العقل على التفكير النقدي الثاقب.

وهنا يبرز سؤالان: هل يمكن للتحرير أن يؤثر على الوعي؟ وإن كان هذا ممكناً حقاً، فكيف يحدث؟ بل أكثر من ذلك: هل نجد أن الوعي أمراً مرغوباً به بالضرورة؟

ما من شك بأن للتحرير أثراً على الوعي، وهنالك الكثير من الأمثلة على مر التاريخ حول حقيقة أن الإنسان قادر على التخلص من قيود

الوهم والوصول إلى جذور الظاهرة، وبعد ذلك معرفة أسبابها. وأنا هنا لا أشير إلى "الإنسان العظيم"، بل إلى مجموعة من الأشخاص العاديين، ممن يقومون في بعض الأحيان، ولأسباب غير معروفة، بتسليط الضوء على الأوهام التي تحجب عنهم الرؤية، وبعد ذلك يصبح بإمكانهم أن يروا. وهنالك المزيد للحديث عنه في النقاش التالي حول التحليل النفسي.

أما الجواب الآخر على السؤال السابق ـ فيما إذا كان هنالك من أثر للتحرير على الوعي ـ يكمن في الاعتبار التالي: تعتمد قوة موقع الإنسان في الحياة على درجة كفاءة إدراكه للواقع، وكلما نقصت كفاءته يزداد تشوشه وبالتالي يتنامى شعوره بعدم الأمان، فيصبح بحاجة إلى أوهام يتكئ عليها ليجد الأمان الذي ينشده. وكلما ازدادت كفاءته تزداد إمكانياته في الوقوف على قدميه وإيجاد جوهره داخل ذاته. إن الإنسان يشبه البطل الأسطوري عنتي[25] الذي يشحن نفسه بالطاقة بمجرد ملامسته للأرض، والذي يمكن قتله فقط عندما يمكن لعدوه أن يبقيه معلقاً في الهواء لمدة كافية.

ومن الصعب الإجابة على السؤال فيما إذا كانت تعرية جهل المرء أمراً مرحباً به أم لا، وسيكون هنالك اتفاق واسع على الترحيب بهذا الأمر. إن التعمّق داخل الصراعات المخفية سوف يقود إلى الحلول البناءة، وبالتالي إلى سعادة أكبر. وهذا ما توقعه ماركس إنْ أدركت الطبقة العاملة ظروفها الخاصة، وإذا تخلصت من أوهامها، فستتمكن من بناء مجتمع ليس بحاجة إلى الأوهام (وهذا أمر ممكن الحدوث، لأن الظروف

---

25 عنتي: والمعروف أيضاً باسم أنتايوس، وهو بطل من الأسطورة الأمازيغية، تكفل بحماية الأرض الأمازيغية ضد كل من قصد شراً بها، تمكن هرقل من معرفة نقطة ضعفه وقضى عليه بأن رفعه بعيداً عن أمه الأرض مدة كافية لأن تقتله. (المترجمة)

التاريخية مهيئة). أما فرويد فقد اعتقد أن التعمّق في التناقضات المخفية ما بين قوى الوعي واللا وعي سوف تساهم في شفاء الحالات النفسية.

ولكن ماذا يحدث في إنْ لم يكن ثمة حل للتناقض؟ هل سيكون من الأفضل للإنسان أن يعيش مع الأوهام عوضاً عن الحقيقة المؤلمة التي لن تساعده في تحرير نفسه في الحياة الواقعية؟ إذا كانت تعاليم الدين، كما اعتقد فرويد وماركس، وهماً، فهل كانت ضرورية لتجعل من بقاء الإنسان أمراً ممكناً من حيث المبدأ؟ ماذا كان سيحدث للإنسان إذا تخلى عن أوهامه، ولم يختبر شيئاً سوى اليأس عند عدم رؤيته لوجود فرصة لمزيد من النظام الاجتماعي الإنساني وفرصة لسعادته الشخصية؟ أو، إذا ما أدرك شخص سادي مهووس بجذور معاناته، وعرف أيضاً، ولأسباب عديدة، أنه لن يتغير؛ ألن يكون من مصلحته لو بقي أعمى واستمر باعتقاده بمسوغاته؟

من يملك الجرأة للإجابة على هذه الأسئلة؟

للوهلة الأولى يبدو أن الرغبة بتعريض أي شخص كان للمعاناة ليست بالضرورة سبباً كافياً للقول بعدم الرغبة بتحرير الإنسان من أوهامه. لكنني لا أستطيع مقاومة بعض الشكوك التي تساورني بشأن هذا الجواب. أليس هذا هو نفس السؤال فيما إذا كان على الطبيب إخبار مريضه بحقيقة مرضه القاتل؟ هل يمكن لأي كان أن يحرم المريض من خياره الأخير لمواجهة الحياة، وأن يستجمع قوته الداخلية، التي لم يحركها من قبل، ويبتعد عن خوفه باتجاه الطمأنينة والقوة؟ لقد تمت إثارة السؤال الأخير في العديد من المناقشات، ويبدو لي أن أكثر المراقبين حرصاً سوف يرفض الاختيار، بشكل جازم، بين أحد الخيارين؛ ويتفق مع الآخرين على أن الأمر يتعلق بشخصية المرء الذي يحتضر، وأنه يمكن اتخاذ القرار بإخباره فقط بعد محاولة تقييم قوة الشخص الداخلية الفعلية والمحتملة، وفهم أعمق رغباته، والتي، لم يتم إعلانها غالباً. يبدو لي

أنه من غير الإنسانية فرض الحقيقة عليه، على اعتبار أنها بالضرورة "الأفضل بالنسبة له".

أما عندما يتعلق الأمر بالتحرر من التناقضات والأوهام، فإن أسباب فرض الحقيقة تبدو مبررة في هذه الحالة بعامة. ففي المقام الأول، إن السؤال فيما إذا كان الوعي أمراً مرغوباً، هو سؤال تجريدي بالكامل، وبالتالي هو سؤال خاطئ. لن يكون صوت معظم الأشخاص مسموعاً أو حتى مفهوماً، بما في ذلك الطبقات الاجتماعية التي لا يمكنها تحمل التحرر من الوهم دون إيجاد حلول إيجابية، وبالتأكيد لن يتفق هؤلاء مع التحليل الذي يتناول مسألة التحرر من الوهم، حتى عندما يتحدث المفكر البارع في النقد بصوت ملاك. ولا جدوى من ذكر الأمثلة العديدة المتوافرة في الحياة الفردية والاجتماعية عن قوة المقاومة. ولكن ماذا عن ضعفاء المقاومة؟ هل هم بالضرورة أفضل حالاً عندما يحافظون على أوهامهم؟

للإجابة على هذا السؤال يجب ألاّ ينسى المرء أن لإدراك الحقيقة أثراً تحريرياً، فالإدراك يطلق طاقة المرء ويحرر عقله من الغشاوة التي تعتريه، ونتيجة لذلك فإن المرء يصبح أكثر استقلالية، ويتمكن من إيجاد نقطة ارتكازه داخل ذاته، وبالتالي فإنه سيمتلئ بالحياة. وربما يصل المرء في النهاية إلى أن يدرك أنْ لا شيء سيتغير في الواقع، لكنه، وفي نهاية الأمر، يكون قد نجح في أن يحيا ويموت كإنسان وليس كخروف. وإذا كان تجنّب الألم والراحة القصوى قيماً سامية، ففي هذه الحالة تكون الأوهام أفضل من الحقيقة. ومن ناحية أخرى، فإذا كنا نعتبر أن الإنسان على مر العصور وُلِدَ مع إمكانية أن يكون إنساناً كاملاً، وأن الفرصة التي تُمنح له لتحقيق ذلك تنتهي بموته، فهذا يعني أن هنالك الكثير مما يُقال حول القيمة الشخصية للتخلص من الأوهام، وبالتالي ضمان تحقيق أقصى حد من الرضا الشخصي (الذاتي). بالإضافة إلى ذلك، تزداد

إمكانية تحقيق الأفراد للتغييرات الفردية والمجتمعية في أقرب مدة زمنية ممكنة، كلما تعمقت رؤيتهم وذلك أكثر مِن إمكانية انتظارهم إلى أن تختفي فرص التغيير، كما هي الحال غالباً، لأن عقولهم وشجاعتهم وإرادتهم سوف تختفي جميعاً.

نستنتج من هذه الأبحاث أن أكثر الخطوات أهمية في فن الوجود هي التي تقودنا إلى الارتقاء بتفكيرنا التساؤلي والنقدي، وذلك فيما يتعلق بعقلنا، لما تحسّن من كفاءتنا لرفع مستوى إدراكنا. ومبدئياً، فإن هذه ليست مسألة متعلقة بالذكاء والتعلم أو العمر، إنها أساساً مسألة تتعلق بالشخصية، وبما يحققه الفرد من استقلال شخصي من القوى غير العقلانية ومن كافة الآلهة التي يمجدها.

كيف سيتحقق هذا الاستقلال الأعظم؟ ما يمكن أن يقال هنا هو أنه حالما يدرك المرء الأهمية القصوى لعدم الخضوع (أعني هنا اللا خضوع الداخلي، وليس بالضرورة التمرد العقائدي الجازم والجريء)، فسوف يصبح شديد الحساسية تجاه الإشارات الطفيفة للخضوع، وسوف ينظر في المسوغات التي تبرره، وسيجرب الشجاعة، وسوف يكتشف أنه حالما يتعرف على المشكلة ومدلولاتها الأساسية، فإنه سيكتشف بنفسه إجابات عديدة على هذا السؤال. وهذا ما يحدث مع كافة الأمور الأخرى: يكتشف المرء حلول المشاكل فقط عندما يشعر بأنها تؤذيه، وأن إيجاد حل لهذه المشاكل هو مسألة حياة أو موت بالنسبة له. وعندما لا تتعلق المسألة بالأذى المباشر على المرء، فإن منطقه وملكاته الحساسة تعمل جميعاً بمستوى منخفض، ومن ثم يظهر أن المرء يفتقر إلى القدرة على المراقبة.

إن الموقف الآخر المُساعد، هو الارتياب العميق. فطالما أن ما نسمعه هو غالباً إما زيف كامل، أو في أحسن الأحوال هو نصف حقيقة ونصف تحريف، وبما أن معظم ما نقرأه في الصحف هو عبارة عن تأويلات

مشوهة تقدم على أنها حقائق، فإن أفضل ما يمكن فعله هو الانطلاق من مبدأ التشكك المتطرف، والافتراض أن معظم ما يسمعه المرء هو إما كذب أو زيف. وقد تبدو هذه الصورة قاتمة ومتشائمة للغاية، ويمكنني هنا أن أضيف أني لا أقصد إظهار الصورة بهذا الشكل تماماً، لكني في الحقيقة أريد التأكيد على أنها الأكثر دقة من الافتراض المعاكس، وتحديداً من الاعتقاد بأن الناس يقولون الحقيقة إلى أن يثبت العكس.

قد تبدو توصياتي أقل بغضاً إذا أكدتُ أن كل ما ذكرتُه سابقاً ليس إلاّ الحقيقة المأخوذة عن بيانات ومعلومات، وليس من الواقع وعن أناس حقيقيين كاذبين. وقد يكون الأمر أكثر بساطة، وإن كان أقل تحملاً، إذا كان معظم الناس صادقين، لكن من الحق أن غالبية الناس ذوي التصريحات غير الصادقة أو نصف الصادقة، يؤمنون بشدة بأنهم يقولون الحقيقة، أو على الأقل قد تمكنوا من إقناع أنفسهم بهذا أثناء قيامهم بهذه التصريحات.

أما فيما يتعلق بالخطوات العملية لإدراك الذات، فسوف أناقشها في موقع لاحق في الفصل الذي يتناول التحليل النفسي والتحليل الذاتي. لكنني أريد الآن أن أتناول بعض الخطوات الأخرى باتجاه تعلم فن الحياة.

9. التركيز

لقد أصبحت القدرة على التركيز مسألة نادرة في حياة الإنسان السيبراني (cybernetic)[26]، بل يبدو وكأنه يفعل كل شيء يجنبه التركيز. فهو يفضل أن يقوم بعدة مهام في الوقت نفسه، مثل الاستماع إلى الموسيقى، القراءة، تناول الطعام والحديث مع أصدقائه. هنالك فيلم كرتوني تمكن من التعبير عن هذه النزعة بإيجاز: قام رجل بتثبيت التلفاز على الجدار وراء سريره، فصار بإمكانه مشاهدة التلفاز أثناء ممارسته للجنس.

والحق أن التلفاز هو معلّم جيد لـ "اللا تركيز"، وذلك بالمقاطعات الإعلانية للبرنامج الذي يقوم المرء بمتابعته، فيصبح المتابع مشروطاً بحالة عدم التركيز. وتُظهر عادات القراءة النزعات ذاتها، إذ أن موضة إعداد ونشر الأنطولوجيات توضّح هذه النزعة. والأسوأ من ذلك هو عندما يقوم مؤلف بعرض أجزاء من كتابه على أنها بدائل عن قراءة كتابه بالكامل، وهكذا لا يضطر المرء لأن يركز على ما يقرأه كي يتمكن من استيعاب

---

26 السيبرانية: علم حديث ظهر في بداية الأربعينات من القرن العشرين، وهو علم القيادة أو التحكم في الأحياء والآلات ودراسة آليات التواصل في كل منهما. ويُطلق عليه اسم السيستامك عندما يستخدم في العلوم الإنسانية. (المترجمة)

النظام المعقد للأفكار الواردة في الكتاب، بل يحصل على خلاصة الأفكار بقدرٍ أقل من التركيز. إن العديد من الطلاب لا يقرؤون الكتاب بالكامل، حتى في حال عدم وجود مقتطفات أو ملخص للكتاب، فهم يكتفون بقراءة المقدمة والخاتمة وبضع صفحات سبق أن أشار إليها البروفيسور، وهكذا فإن الطالب "يعرف" أفكار الكاتب، بشكلٍ سطحي، دون الحاجة إلى التركيز.

من المؤكد أن المراقِب لمعدل التبادلات اللفظية لا بد أن يلحظ قلة التركيز على المادة المطروحة، وعلى حديث الشخص المحاوِر أثناء إجراء المحادثة. وكذلك عندما يكون الأشخاص بمفردهم، فإنهم يتجنبون التركيز على أي شيء، وسرعان ما يلتقطون الصحيفة، وهذا ما يسمح لهم بالقراءة السهلة ولا يتطلب منهم تركيزاً حقيقياً.

إن التركيز ظاهرة نادرة لأن رغبة الفرد لا تتجه إلى أمرٍ واحدٍ فحسب، ولأنه لا يوجد ما يستحق بذل جهد للتركيز عليه، ولعدمٍ وجود هدف لمتابعته بشغف. لكن هنالك المزيد لأسباب ندرة ظاهرة التركيز: يخشى الناس من التركيز لأنهم يخشون أن يفقدوا ذواتهم إذا ما استغرقوا للغاية بشخصٍ آخر، أو بفكرةٍ ما، أو بحدثٍ ما. وكلما ضعفت ذات المرء تتعاظم خشيته من فقدانها أثناء التركيز على ما هو ليس ذاته. وبالنسبة لشخص لديه نزعة تملّك مهيمنة، فإن خوفه من ضياع ذاته هو أحد العوامل الأساسية الذي يجعله يتوجه إلى عكس التركيز. وأخيراً، فإن التركيز يتطلب حيوية داخلية وليس حالة من الانهماك، وهذا النوع من النشاطات نادر في يومنا هذا، إذ أن الانهماك هو مفتاح النجاح.

وثمة سبب آخر يدفع الناس إلى الخوف من التركيز: فهم يعتقدون خاطئين أن التركيز نشاط مرهِق للغاية، وأنهم سوف يتعبون بسرعة. والحق أن العكس صحيح، وبإمكان أي امرئ مراقبة نفسه. فالنقص في

التركيز يجعل المرء متعباً، بينما يجعله التركيز يقظاً، وهذا ليس بالأمر الخفي، إذ لا يتوجب التحكم بالطاقة في حالات اللا تركيز، وذلك نظراً لأن مستوىً منخفضاً من الطاقة يكفي لتأدية المهمة دون تركيز. إن عملية التحكم في الطاقة، والتي تحمل سمة نفسية وفيزيولوجية في آن معاً، تترك أثراً يجعل المرء يشعر أنه على قيد الحياة.

تكمن صعوبة التركيز، تبعاً للتحليل الأخير، في حصيلة البنية الكاملة لنظام الإنتاج والاستهلاك المعاصر. فكلما ازداد عمل الإنسان لخدمة الآلة، أو تصرفه وكأنه جزء من آلة لم يتم تصنيعها من الحديد أو الفولاذ، تقلّصت فرصه للوصول إلى التركيز. إن إجراءات (عملية) العمل شديدة الرتابة لأن تسمح بالوصول إلى التركيز الحقيقي، وكذلك الأمر مع فعل الاستهلاك. فالسوق يعرض أكبر قدر ممكن من أجزاء مختلفة من السلع المسلية، وبوجود هذه التشكيلة الكبيرة من المسلّيات لا يعود من الضروري أو حتى من الممكن التركيز على شيءٍ واحدٍ فقط. فماذا سيحل بالصناعات إذا ما بدأ الناس يركزون على أشياء معينة فقط، عوضاً عن اندفاعهم لشراء أشياء جديدة مسلية، فقط لأنها جديدة، ولأنهم ضجروا بسرعة من الأشياء القديمة التي يملكونها؟

كيف يتعلم المرء التركيز؟ يجب ألاّ تكون الإجابة على هذا السؤال مختصرة للغاية أو مطوّلة للغاية، ولكن نظراً لضيق المساحة لا بد من الاختصار بعض الشيء.

كخطوة أولى أقترح عليك أن تقوم بالتدرب على السكون التام، ويعني هذا بشكل ملموس أن تجلس بسكون تام، لنقل مثلاً لعشر دقائق، بحيث لا تأتي بأية حركة، حاولْ قدر الإمكان ألاّ تفكر بأي شيء، ولكن في الوقت نفسه يجب أن تدرك ما يجري داخلك. إن كل من يعتقد أن القيام بهذا الأمر سهل فهو لم يجربه قبلاً، ومن سيحاول القيام بهذا سيعرف

على الفور أنه أمر بالغ الصعوبة، وسوف يلاحظ أنه يتململ، ويحرك ذراعه ورجله وأعضاء مختلفة في جسده. ويلاحظ هذا الأمر عندما يتخذ وضعية الجلوس الكلاسيكية التي يتخذها الفراعنة ونراها في تماثيلهم وصورهم: حيث تظهر الساقان غير متقاطعتين، لكنهما في الوقت ذاته ثابتتان إلى الأمام، والذراعان تتموضعان إما على ذراعي الكرسي أو على الفخذين. لكن هذه الوضعية يجب ألاّ تكون مشدودة وصلبة كما نتعلمها في التمارين الرياضية العتيقة الطراز ذات النمط العسكري، ولا حتى أن تكون متراخية وكسولة. إنها وضعية مختلفة: إن الجسد يتخذ وضعية متناغمة، يشعر بأنه حي ومرتاح بطريقة متفاعلة. وإذا تعلم المرء هذه الطريقة في الجلوس، فسوف لن يشعر بالراحة عندما يجلس على كرسي يحتوي على حشوة سميكة، بل سيرتاح عندما يجلس على كرسي صلب.

إن تمرين الجلوس هذا هو الخطوة الأولى على طريق تعلّم التركيز، ويجب أن تزداد مدته الزمنية من عشر دقائق إلى خمس عشرة دقيقة لتصل بعد ذلك إلى عشرين دقيقة، كما يجب القيام بالتمرين كل صباح، ومن المحبذ ممارسته كل مساء من خمس إلى عشر دقائق، وإذا كان هنالك وقت فيمكن إضافة مرة أثناء اليوم. وبعد الوصول إلى مستوى معين من السكون ـ ربما يحتاج تحقيق هذا الإنجاز من شهر إلى ثلاثة أشهر ـ يُوصى بإضافة تمرين التركيز المباشر أثناء أو بعد التمكن من الوصول إلى حالة السكون. من الناحية العملية يمكن القيام بالتركيز المباشر بطرق مختلفة، إذ يستطيع المرء أن يركز على عملة ما، حيث يتأمل كافة تفاصيلها بالكامل، إلى الحد الذي يتمكن فيه من رؤيتها بكافة تفاصيلها حتى عندما يغمض عينيه، أو يمكن استخدام شيء آخر: مزهرية، ساعة، هاتف، زهرة، ورقة، قطعة حصى، أو أي شيء يرغب المرء في جعله نقطة تركيزه، أو يمكن جعل نقطة التركيز كلمة معينة.

لأشهر عدة سوف تتتابع الأفكار المختلفة المرور عبر عقل المرء ومقاطعة تركيزه، وفي هذه الحالة لا ينفع العنف، تماماً كما أنه لا ينفع مع كل ما هو حي. إذ أن محاولة طرد الأفكار العابرة بالقوة أو التعامل معها على أنها أعداء، سيزيد الأمر سوءاً، إذ سيشعر المرء بالهزيمة إذا لم يكسب المعركة معها. ولذلك يجب معاملة هذه الأفكار بلطف، وهذا يعني أن على المرء التعامل بصبر وأناة مع ذاته (نفاذ الصبر هو عادة نتيجة نوايا الفرض والإجبار). وببطء، ببطء شديد حقاً، ستختفي الأفكار المتطفلة على التوالي، وتدريجياً تزداد قدرة المرء على التركيز.

إن العقبة الأخرى والأكثر صعوبة هي النعاس، وسيجد المرء نفسه بصورة متكررة على حافة الغفوة. وهذا أيضاً يجب أن يأخذه المرء في حسبانه. هنا يمكن إعادة المحاولة مباشرة مرة أخرى، أو أن يأخذ بضعة أنفاس عميقة، وإذا استمر النعاس فيمكن للمرء التوقف والمحاولة مرة أخرى في وقت أفضل. إن تجاوز هذه الصعوبات أثناء عملية التعلم هو ما يجعل تعلم التركيز بالغ الصعوبة، إذ يتراجع الكثير من الأشخاص، إن لم يكن معظمهم، بعد مدة، ومن المحتمل أن ينتقدوا ذواتهم لعدم نجاحهم في الوصول إلى التركيز، أو قد يقومون بعقلنة فشلهم، ويقررون أن الطريقة بحد ذاتها ليست جيدة بكل الأحوال. وفي هذه الحالة فإن القدرة على تحمّل الفشل، تماماً مثل المرور بمراحل التعلم الأخرى، ذات أهمية قصوى.

لا يعرف إنتاج الآلات، التي تقذف بالأشياء خارجها، أي فشل، لكنه لا يعرف التميز أيضاً. لقد قاد إنتاج الآلات إلى وهم عجيب بأن الطريق إلى التميز هو طريق مباشر وممتع، وأن الكمان لا يُصدر أصواتاً حادة، وأن دراسة النظام الفلسفي لا تترك المرء في كثير من الأحيان مرتبكاً وتائهاً، وأن قراءة وصفة كتاب الطبخ لمرة واحدة فقط كافية لإنتاج الوجبة المثالية.

وفقط إذا كان المرء يعرف أن الطريق إلى التركيز، كما هو الطريق إلى أي إنجاز، يحمل معه بالضرورة إخفاقات، وخيبات أمل، عندئذٍ فقط يمكنه تجنب الوهن الحتمي المرافق لعملية تعلم التركيز.

يجب أن تترافق التمارين البسيطة المذكورة أعلاه، أو يتم إتباعها، بالتدريب على تركيز الأفكار والمشاعر. كأنْ يقرأ المرء كتاباً حول موضوع هام يمكن الافتراض أن لدى مؤلفه شيئاً هاماً يريد أن يقوله، ويمكن للمرء مراقبة الطريقة التي يقرأ بها الكتاب: هل هو يشعر بالانزعاج بعد ساعة؟ هل يحاول أن يتجاوز عدة صفحات من الكتاب؟ أو، هل يفكر بحجة الكاتب ويصوغ إجاباته عليها، ويحضر أفكار جديدة لنفسه؟ أو هل يحاول فهم ما الذي يعنيه الكاتب حقاً أكثر من تمسكه بالمراجعات النقدية حول هذه النقطة أو تلك، ليتمكن من دحض حجة الكاتب؟ أو إذا ما كان يريد تعلّم شيء جديد، أو لديه وجهات نظر محددة تؤكدها مباشرة، أو بشكل غير مباشر، أخطاء وجهة النظر المعاكسة؟

هذه هي بعض الأعراض التي تساعدنا لمعرفة ما إذا كنا نقرأ بتركيزٍ عالٍ أم لا. وإذا اكتشفنا أننا لا نركز أثناء القراءة، فعلينا أن نتدرب على ذلكً بأن نركّز على جوهر فكرة الكاتب، وغالباً ما يعني هذا تناقص عدد الكتب التي سنقرؤها.

لا تختلف عملية التركيز على الأشخاص عن التركيز على الأفكار، ويجب أن أترك هذا الأمر لكل قارئ بحسب تجربته ليجمع المادة اللازمة للنظرية: معظم علاقاتنا الشخصية تعاني من الغياب الكامل للتركيز. فنحن ميّالون لأن تكون أحكامنا على الشخصية ضعيفة، ونحن لا نذهب أبعد من محاولاتنا لاستيعاب القشور الشخصية الأخرى، أي: ماذا يقول هذا الشخص؟ وكيف يتصرف؟ وما هو منصبه؟ وطريقة ملبسه؟ باختصار نحن نراقب القناع الذي يُظهره الشخص لنا، وليس ما هو أبعد

من القشور، فننزع القناع ونتعرف على الشخص وراءه. وهذا ما يمكننا فعله إذا ما قمنا بالتركيز عليه، لكن يبدو أننا نخشى أن نعرف الأشخاص معرفة كاملة، بما في ذلك أنفسنا.

تتناقض الفردية مع العملية الجارية بسلاسة، فالمراقبة المركّزة لشخص ما تجبرنا على الاستجابة بالتعاطف والاهتمام، أو ربما بالرعب. وهذه الاستجابات جميعاً ليست محبّذة بالنسبة للتوظيف المريح للمجتمع السايبتيمتيك. إننا نريد الحفاظ على المسافات الموجودة بيننا وبين الآخرين، كما أننا نريد التعرف على بعضنا البعض فقط بالقدر الضروري لنتمكن من العيش سوية، وأن نتمكن من التعاون والوصول إلى الشعور بالأمان، وهكذا فإن المعرفة السطحية أمر مرغوب به، في حين أن المعرفة التي نحققها نتيجة للتركيز سوف تربكنا.

وهنالك أشكال أخرى مفيدة من التركيز، مثل أنواع محددة من الرياضات كالتنس وتسلق الجبال وألعاب أخرى كالشطرنج والعزف على الآلات الموسيقية والرسم والنحت، ويمكن القيام بكل هذه الأنشطة بشكل مركّز أو بشكل غير مركز. وبشكل مبدئي، فإن القيام بهذه الأنشطة يتم دون تركيز، وبالتالي لا تعود تخدم عملية تعلّم التركيز. لكن كلما تمت تأدية الأنشطة السابقة بأسلوب مركّز فإن تأثيرها على العقل سيختلف بالكامل. ولكن إذا لم يقم المرء بأي من الأنشطة المذكورة أعلاه فلا يزال بإمكانه الاستمرار في العيش بأسلوب حياة مركّز. وكما سنرى لاحقاً فإن فكرة البوذي عن الإدراك تعني بشكل محدد أسلوب وجود يركز فيه المرء تماماً على كل ما يفعله في لحظة معينة، سواء كان ما يفعله هو سقاية بذرة ما، أو تنظيف غرفة أو تناول الطعام. أو، كما قال أحد أساتذة زن: "عندما أنام فأنا أنام، وعندما آكل فإني آكل..."

10. التأمل

من بين طرق ممارسة التركيز، هناك طريق واحد يوصِل إلى واحدة من أساسيات تعلّم فن الوجود: إنه التأمل.

بدايةً يجب التمييز بين نوعين مختلفين من التأمل: الأول: حالات النشوة الخفيفة ذاتية التحفيز والتي تستخدم تقنيات الإيحاء الذاتي. يمكن لهذا النوع من التأمل أن يقود إلى الاسترخاء النفسي والذهني ويجعل المتدرب يشعر بالراحة، وبأنه استعاد قواه وأصبح لديه طاقة أكثر من ذي قبل. والمثال على هذه الطرق "التدريب ذاتي النتاج" وهي طريقة طوّرها البروفيسور آي إتش شولتز في برلين، حيث طبقها آلاف الأشخاص وجاءت نتائجها ناجحة إلى درجة جيدة[27]. ومن الواجب ذكره أن شولتز لم يدّعِ أن هذه الطريقة تنفع في أي شيء أبعد من الاسترخاء الذهني. وهي طريقة يجب على المرء تجريبها بنفسه، كما أنها ليست سلبية بالكامل، ولا تجعل المرء يعتمد على شخص المعلم.

---

27 درست أنا وزوجتي مع البروفيسور شولتز، لكن لم نلاق النجاح المرجو، وذلك بسبب المقاومة الداخلية للشخصية ذاتية التحفيز.

وبالتناقض مع أشكال التحفيز الذاتي للتأمل توجد حالات التأمل الثانية، وهي الحالات التي تهدف بشكلٍ رئيسي إلى تحقيق درجة أعلى من اللا ـ الارتباط واللا ـ جشع، واللا ـ وهم، أو باختصار، لتحقيق درجة أعلى من كل ما يخدم الوصول إلى مستوى أرقى من الوجود. لقد وجدتُ في التأمل البوذي شكلاً من أشكال التأمل البسيط غير الغامض وغير الموحي، ويخدم هذا التأمل هدفاً واضحاً لتقريب المرء من الهدف البوذي، والذي هو التخلص بالمطلق من الجشع والكره والجهل. ولحسن حظنا أن لدينا وصفاً ممتازاً للتأمل البوذي لـ نيانابونيكا ماهاتيرا[28]، وهنا أنصح جميع الصادقين باهتمامهم بتعلّم هذه الطريقة في التأمل، بقراءته.

تشير الملاحظات التالية إلى ما سيجده القارئ في كتاب نيانابونيكا. إن غاية التأمل البوذي هي الإدراك الأقصى لتطورنا الذهني والجسدي، ويقول الكاتب بهذا الخصوص:

إن التهذيب المنظّم للوعي الكامل كما يشرحه بوذا في حديثه عن Satipatthana[29] (الوعي)، لا يزال يمنح الطريقة الأكثر بساطة ومباشرة وشمولاً وفعالية لتدريب وتطوير العقل ليتمكن من القيام بمهامه اليومية، والتعامل مع مشاكله، بالإضافة إلى وصوله إلى الغاية الأسمى وهي: تحرير الذهن من الجشع، الكراهية والغرور.

تقدّم تعاليم بوذا طرائق شديدة التنوع للتدريب الذهني، وموضوعات التأمل المناسبة لمتطلبات وأمزجة وقدرات الفرد المتنوعة. لكن كل هذه

---

28 نيانابونيكا ماهاتيرا، *جوهر التأمل البوذي*، New York: Samuel Wieser, 1973, [first published 1962 by Rider & Co., London].

29 قارن: الفصول 2– 5 عن الانتباه في موشي تشافيم لازيتو، *الدرب إلى العدالة*، Feldheim Publ. Jerusalem and New York, 1974 (الطبعة الثانية) ترجمة: S. Silverstein.

الطرق تتقارب في النهاية في "طريق الوعي الذاتي" والذي أطلق عليه المعلم اسم "الأسلوب الوحيد" (أو: الطريق المنفرد، ***ekayano magyo***). وربما يمكن تسمية طريق الوعي الذاتي في هذه الحالة بـ "جوهر التأمل البوذي" أو حتى "جوهر التعاليم الكاملة" (***dhamma - hadaya***). إن هذا الجوهر العظيم هو في الحقيقة مركز جميع الدورات الدموية النابضة في الجسد ككل (***dhamma - kaya***)

لا تزال هذه الطريقة الضاربة في القدم لممارسة الوعي الذاتي قابلة للاستخدام اليوم تماماً كما كانت منذ **2500** عاماً، كما أنها قابلة للتطبيق في الغرب كما هي في الشرق، وفي قلب الحياة الصاخبة كما في هدوء صومعة الراهب..

إن الوعي الذاتي الصحيح في الواقع هو العنصر الأساسي للعيش الصحيح والتفكير الصحيح في كل مكان، وكل زمان، ولكل الناس. إنه يتضمن رسالة حيوية موجهة إلى الجميع، وليس فقط للأتباع المثبتين لبوذا وتعاليمه (دهاما)، ولكنها موجهة إلى كل من يسعى للوصول إلى التحكم بالعقل، وهي مهمة غاية في الصعوبة، كما أنها موجهة إلى كل من يرغب وبصدق أن يطوّر قدراته الكامنة إلى قوة وسعادة أعظم[30].

لا تتم ممارسة عملية الوعي الذاتي فقط من خلال تمارين التأمل اليومية، حيث يكون إدراك عملية التنفس هو المسألة الأساسية، ولكن يمكن ممارستها أيضاً في كل لحظة من لحظات حياتنا اليومية. وهي تعني ألاّ تفعل شيئاً بتركيز مشتت، إنما بتركيزٍ كاملٍ على ما تفعله، سواء كنت تمشي أم تأكل أم تفكر أم ترى، وهكذا تصبح الحياة بالنسبة

---

30 جوهر *التأمل البوذي*، ص. 7، 8.

لك شفافة بوعي كامل. يقول نيانابونيكا: "يشمل الوعي الذاتي الإنسان الكلي وأيضاً تجربته الكليّة"[31]. إنه، أي الوعي الذاتي، يمتد إلى كل عوالم الوجود: إلى *حالة* عقل الإنسان، وإلى *المحتوى* الذهني لعقل الإنسان. وكل تجربة يتم خوضها بوعيٍ هي تجربة واضحة ومتميزة وحقيقية، وبالتالي ليست أوتوماتيكية أو ميكانيكية أو مطوّلة. إن الشخص الذي وصل إلى حالة من الوعي الذاتي الكامل، هو إنسان يقظ، واع للحقيقة بعمقها وتجردها وتناغمها، وهو أكثر تركيزاً وليس مشوشاً.

وأول التمارين التي تقود إلى زيادة الوعي الذاتي هو *التنفس*، بحسب تأكيد المؤلف عبارة عن: "تجربة في *الوعي الذاتي* وليس تجربة في *التنفس*، وأيضاً:

في حالة التمرين البوذي ليس هناك من "احتباس" للنفس أو أي عائق، هنالك فقط "مراقبة هادئة وصريحة" لتدفق النفس الطبيعي، بانتباه ثابت ومنتظم وفي الوقت نفسه هيّن وخفيف، أي دون قسوة وجهد. في هذه الحالة تتم ملاحظة طول أو قصر الأنفاس لكن لا يتم تنظيمها عمداً. ومع الممارسة المنتظمة سوف ينتج بشكل عفوي تماماً تنفساً عميقاً ومنتظماً وهادئاً. وسوف يقود إيقاع التنفس العميق والهادئ إلى إيقاع حياة هادئ وعميق بالكامل. وبهذه الطريقة فإن وعي التنفس هو عنصر مهم في الصحة النفسية والعقلية على الرغم من أنه عرضي بالنسبة للمتدرب[32].

---

31 المصدر نفسه، ص. 57.

32 المصدر نفسه، ص. 61.

في التأمل البوذي الكلاسيكي كما يصفه نيانابونيكا، يتبع وعي التنفس وعي الأوضاع الجسدية، ثم الاستيعاب الواضح لكافة وظائف الجسد، ثم الإدراك الواضح لمشاعر المرء وحالته الذهنية (معرفة الذات) ولمكنونات ذهنه.

ومن المستحيل، في هذا البحث القصير، الإلمام بوضوح كافٍ وبالتفصيل بمسألة التأمل البوذي كما تتم ممارسته في مدرسة Theravada، التي ينتمي إليها نيانابونيكا ماهاتيرا. ولهذا فإنني أوصي المهتمين بزيادة وعي التأمل لديهم أن يقرؤوا كتاب جوهر *التأمل البوذي*. وهنالك نقطة واحدة فقط أريد إضافتها إلى اقتراحي، فقد ذكر الكاتب أن هذه الطريقة "ليست مخصصة فقط لأتباع بوذا المخلصين"، والكاتب هو من أكثر الرهبان البوذيين تعلّماً، وقد قدم تعاليم بوذا بشكلها التقليدي، ومن الصعب التقيّد بوصف الكاتب الحرفي لممارسة التأمل. لكن بالنسبة للكثيرين، وأنا واحد منهم، ممن لا يتفقون مع بعض التعاليم البوذية، مثل التقمص والتناسخ في بوذية هينايانا، أو مع تقنيات أخرى تقترح أن يقنع المرء ذاته بمدى بذاءة الشهوة بأن يتخيل الجثة المتحللة، ومع ذلك، يبدو لي حتى بتجاهل التعاليم التي ذكرتها للتو، لا تزال هنالك اثنتان من التعاليم الأساسية والمقبولة لدى الكثيرين، بمن فيهم أنا، ممن ليسوا بوذيين، لكنهم شديد والتأثر بجوهر التعاليم البوذية. أشير أولاً إلى إحدى التعليمات التي تقول بأن الغاية من الحياة هي التغلب على الطمع والكره والجهل، وبذلك فإن التعاليم البوذية لا تختلف عن المبادئ الأخلاقية للديانتين اليهودية والمسيحية، أما الأمر الأكثر أهمية والمختلف عن تقاليد الديانتين اليهودية والمسيحية فهو أحد عناصر التفكير البوذي: المطالبة بالإدراك الأمثل للمناهج داخل وخارج ذات المرء. إن البوذية هي حركة ثورية ضد المعتقد الهندوسي، وقد عانت من الاضطهاد الشديد لقرون عديدة نظراً لإلحادها، وهي حركة تتصف بدرجة كبيرة من التفكير العقلاني والنقدي، وهذا ما

تفتقده الأديان الغربية. وإن جوهر تعاليمها هو ـ مع الإدراك الكامل بالواقع ـ أنه يمكن التغلب على الطمع والكراهية والمعاناة. إنها نظام أنثروبولوجي ـ فلسفي يتوصل إلى مبادئ العيش كنتيجة لتحليل ومراقبة البيانات حول وجود الإنسان.

لقد عبر نيانابونيكا ماهارتيرا شخصياً عن رأيه بوضوح بالغ، فقد شرح وظيفة الوعي الذاتي على أنها "إنتاج متزايد لوضوح وتركيز أعظم للوعي، وتقديم صورة عن الدقة التي تقوم بتطهير متزايد لأي تزييفٍ[33]." ويتحدث نيانابونيكا عن كون التأمل يقود إلى اتصال طبيعي وأكثر حميمية مع "اللاوعي"[34]. وهو يقول عن هذه المسألة: "سيصبح اللا وعي أكثر "وضوحاً" وأكثر قابلية للانقياد، أي إنه سيصبح: قابلاً للتنسيق مع، ولمساعدة، النزعات المسيطرة للعقل الواعي. ومع الحد من عدم القابلية للتحكم، وعدم القدرة على التنبؤ، الصادرتين عن اللا وعي، فإن إدراك الذات سوف يتلقى قاعدة أكثر أماناً[35]."

وينهي نيانابونيكا وصفه لممارسة الوعي الذاتي بتأكيده على أحد أكثر العناصر أهمية في التفكير البوذي، وهو الإصرار والتأكيد على الاستقلالية والحرية. ويكتب عن هذا الأمر: "نتيجة لما يتضمنه من تعويل على الذات فإن *الوعي* (*Satipatthana*) لا يتطلب *تقنيات* إيضاح أو وسائل خارجية، فمادته العملية هي الحياة اليومية، ولا يرتبط بعادات أو شعائر غريبة، كما أنه لا يتداول طقوساً أو "معرفة سرية" بأي شكل بعيد عن التنوير الذاتي[36]."

---

33 المصدر نفسه، ص. 26.

34 المصدر نفسه، ص. 82. إن مصطلح اللاوعي قد اختير من قبل الكاتب لأسبابه الخاصة، وأفضل استخدام المصطلح "اللا واعي" لأنه لا يتضمن أي حيز تحت الوعي.

35 المصدر نفسه، ص. 82.

36 المصدر نفسه، ص. 82.

لقد رأينا أن جوهر التأمل البوذي هو تحقيق الوعي الأمثل للواقع، بل هو تحديداً تحقيق الوعي بجسد الإنسان وبعقله. حتى بالنسبة لمن يتّبع أساليب التأمل البوذي التقليدية، فإن السؤال المطروح هنا هو: هل يمكن توسعة هذا الشكل من التأمل عن طريق إضافة أبعاد جديدة، تمت الإشارة إليها بإيجاز في الطرائق التقليدية، على الوعي؟ يبدو لي أن هنالك إمكانية حقاً لمثل هذه الإضافات على التأمل البوذي، وعلى الرغم من احتمال ممارستها بشكل ناجح بعيداً عن ربطها بالتأمل البوذي، أو ربطها بأنواع أخرى من التأمل، أو بكل بساطة ربطها بحالة السكون.

فيما يتعلق بالوسائل المفضية إلى إدراك أكبر للجسد، والتي تم ذكرها سابقاً: أشير هنا إلى "الوعي الحسي" و"فن الحركة" وتاي شي شوان.

إن الصفة الأخرى للتأمل البوذي هي "وضوح أكبر، وتركيز للوعي، وتقديم صورة عن الحقيقة التي تطهّر أي تزييف[37] بشكل متزايد". ويضيف نيانابونيكا ماهاتيرا إلى ما سبق: "اتصالاً أكثر حميمية مع اللاوعي". وهو بالفعل سيتقدم خطوة واحدة فقط إلى الأمام ليقترح أن أسلوب التحليل النفسي، الذي يهدف إلى تبصّر الملامح اللا واعية لعقل الإنسان، قد يكون إضافة قيّمة على التأمل البوذي. إن تفسير نيانابونيكا ـ الذي أعتبر نفسي مديناً له بشدة على تفسيراته العميقة والصبورة للتعاليم والتأمل البوذي ـ يوافق على أن بحث التحليل النفسي هذا يُعتبر إضافة إلى التأمل البوذي التقليدي. لكنني أريد أن أعاود التأكيد على اعتقادي أن اعتماد أسلوب التحليل النفسي كوسيلة لتحقيق الوعي الأمثل، هو وسيلة قائمة بحد ذاتها، وفعالة حتى إن لم توجد صلة بينها وبين البوذية أو طرق التأمل الأخرى.

---

37 المصدر نفسه، ص. 26.

الفصل الرابع

11. التحليل النفسي ووعي الذات

أشير هنا ثانية إلى حديثي السابق عن إدراك الذات، على أساس الحقيقة القائلة بإمكانية وجود وظيفة "ماوراء علاجية للتحليل النفسي، وأنه أحد أكثر الأساليب قبولاً لزيادة وعي الذات، وبالتالي التحرر الداخلي".

لا يتفق الجميع على هذه الفرضية، فمن المحتمل أن يعرّف معظم العلمانيين والمهنيين جوهر التحليل النفسي على أنه علاج للاضطرابات النفسية، ولتحقيق العلاج يستحضر وعينا ذكريات جنسية مكبوتة *والآثار* الناتجة عنها. إن فكرة الوعي في هذا التعريف محددة للغاية مقارنة مع ما ذكرناه من قبل، فهي تشير بشكل أساسي إلى إدراك الطاقات الشهوانية المقموعة، وهدفها أيضاً مرتبط بالعلاج بمعناه التقليدي، أي مساعدة المريض على تخفيض مستويات المعاناة الفردية، التي تسبب عذاباً مضاعفاً، وذلك إلى أن تصبح هذه المعاناة مقبولة اجتماعياً.

لا أعتقد أن هذه الفكرة التي تقيد التحليل النفسي عادلة بالقياس إلى عمقه الحقيقي، وإلى ما اكتشفه فرويد. وللتأكيد على هذا التصريح أستشهد بما قاله فرويد، فقد غيّر نظريته في عشرينيات القرن العشرين

من الدور الحاسم للصراع ما بين الليبيدو (الغريزة الجنسية) والأنا، إلى الدور الحاسم للصراع ما بين غريزتين بيولوجيتي الأصل، هما: غريزة الحياة وغريزة الموت. ويكون فرويد بهذا قد تخلى في الحقيقة عن نظرية الليبيدو (الغريزة الجنسية)، على الرغم من محاولته للتوفيق بين النظريتين القديمة والجديدة[38]. زد على ذلك، أنه عندما عرّف ما اعتبره جوهر نظرية التحليل النفسي، فقد ذكر القمع والمقاومة والتحوّل، لكنه لم يذكر نظرية الليبيدو، أو حتى "عقدة أوديب".

ولكي نذكر الحقيقة كاملة، فإن ما بدا اكتشافاً غير مسبوقاً في مجال التحليل النفسي ـ أي نظرية الليبيدو ـ قد لا يكون هو أهم ما اكتشفه فرويد، بل قد لا يكون نظرية صحيحة من حيث المبدأ، إنما يجب أن نراه كظاهرة أكثر عمومية. ينطلق كل مفكّر مبدع من أنماط تفكير حضارته وتصنيفاتها. وغالباً ما تكون أفكاره، حتى أكثرها أصالة، "غير ممكنة الاستيعاب". وهكذا فإن على المفكر إعادة صياغة أفكاره بأن يشوّه (أو يضيّق) اكتشافاته إلى أن تصبح "ممكنة للاستيعاب". ومن الممكن التعبير عن الفكرة الأصلية بأشكال عديدة، إلى أن تتطور، وذلك بناء على تطور المجتمع، ويمكن للصيغ الأقدم من الفكرة أن تخلو من الأخطاء التي قيدها الزمن بها، وتحصل بالتالي على أهمية أكبر من تلك التي اعتقد بها الكاتب نفسه.

تشرّب فرويد بعمق فلسفة البرجوازية المادية، ووجد أنه من غير الوارد افتراض تحفيز القدرة العقلية للإنسان، إلا إذا كانت هذه القوة في

---

38 عند الانتقال من النظرية القديمة إلى الجديدة لم ينجح فرويد في محاولة التوفيق بينهما كما يتم التفصيل في ملحق إ. فروم، *تشريح النزعة التدميرية لدى الإنسان* (New York: Holt, Rinehart and Winston, 1973).

الوقت نفسه معرّفة على أنها قوة سيكولوجية، والطاقة الجنسية هي القوة الوحيدة التي تدمج هاتين الصفتين.

كانت نظرية فرويد عن الصراع ما بين الليبيدو والأنا كصراع مركزي داخل الإنسان، افتراضاً ضرورياً بهذا المعنى، وهذا ما مكّنه من التعبير عن اكتشافه الأساسي بمصطلحات "ممكنة الاستيعاب". وبتحرير جوهر التحليل النفسي من قيود نظرية الليبيدو، أصبح بالإمكان تعريفه على أنه اكتشاف *للتوجهات*الأساسية *المتنازعة في الإنسان*، وأنه اكتشافٌ للنزاع القائم ما بين قوة "المقاومة" التي تواجه "وعي" هذا النزاع. واكتشاف للمسوغات العقلانية التي تخفي وجود نزاع، واكتشاف للتأثير التحريري عند وعي النزاع، واكتشاف للدور المرضي للنزاعات غير المنتهية.

لم يكتشف فرويد هذه المبادئ العامة فحسب، بل كان أول من استخدم الطرق الواقعية في دراسة الكبت عن طريق الأحلام، والأعراض، والسلوكيات اليومية المتكررة. إن النزاع ما بين الدوافع الجنسية والأنا والأنا الأعلى، يشكل جزءاً بسيطاً من النزاعات الأساسية التي هي أساسية في وجود الكثير من الأشخاص، سواء بالفشل التراجيدي لإيجاد حل لهذه النزاعات أو بوجود حلول فعالة.

لا تكمن أهمية فرويد التاريخية في اكتشافه لآثار الكبت الجنسي، وإن كانت هذه نظرية شجاعة نسبةً لعصره. لكن، لو كانت تلك هي أعظم إسهاماته لما كان ترك ذلك الأثر الكبير الصادم. وقد جاء أثر فرويد هذا نتيجة لحقيقة أنه قضى على النظرة التقليدية القائلة بأن تفكير الإنسان ووجوده متطابقان، وأنه، أي فرويد، كشف رياء هذه النظرة التقليدية، كما جاءت نظريته حاسمة. فبمقدار ما شكك في كافة أفكار الوعي، ونواياه، وقيمه، شرح كيف أنها غالباً ما تكون مجرد أشكال مقاومة لإخفاء الحقيقة الداخلية.

إذا حاول المرء تأويل نظريات فرويد بالمعنى الذي قمتُ بتلخيصه هنا، فلن يكون عسيراً عليه أن يتابع، ويفترض أن وظيفة التحليل النفسي تتجاوز الوظيفة العلاجية بمعناها الضيق، ويمكن أن يكون طريقة لتحقيق التحرر الداخلي عن طريق إدراك الصراعات الداخلية المكبوتة.

* * *

قبل الدخول في الحديث عن الوظيفة ماوراء العلاجية للتحليل النفسي، أرى أنه من الضروري التنويه إلى بعض المحاذير، والإشارة إلى بعض أخطار التحليل النفسي. فعلى الرغم من وجود توجه عام لإخضاع الشخص للتحليل النفسي عند أول مشكلة يواجهها في حياته، إلاّ أن هناك أسباباً عديدة تبرر عدم اللجوء إلى التحليل النفسي، على الأقل ليس كمحطة علاجية أولى للمريض.

السبب الأول هو أن التحليل النفسي هو الطريق السهل للهروب من حاجة الإنسان إلى أن يحاول مساعدة ذاته للتغلب على المشكلة التي تواجهها. وبالإضافة إلى بعض المثل العليا المتعلقة بسهولة العيش، عدم التعرض للألم، وعدم بذل الجهد التي سبق لنا التطرق إليها، فإن هنالك اعتقاداً واسع الانتشار بأنه لا يجب أن تحتوي الحياة على صراعات، أو خيارات موجعة، أو قرارات مؤلمة، حيث تعتبر مثل هذه الحالات، بشكل أو بآخر، غير طبيعية أو مرضية، وليست بالضرورة جزءاً من الحياةً الطبيعية. ونظراً لعدم معاناة الآلات من صراعات، فلماذا يجب أن يمر الأشخاص الآليون الأحياء بأي نوع من الصراعات، طبعاً ما لم يكن هناك عيب في تصنيعهم أو في وظائفهم؟

هل يوجد ما هو أكثر سذاجة من هذا الافتراض؟ إن النمط السطحي والمنعزل من العيش هو النمط الوحيد الذي لن يحتاج إلى اتخاذ قرارات

واعية، على الرغم من إنتاج هذا النمط السطحي لأعراض مرضية ذات منشأ عصبي ونفسي، مثل القرحة وارتفاع ضغط الدم. وهذه الأعراض هي تجليات للصراعات اللا واعية. وإذا لم يكن المرء قد فقد بالكامل قدرته على الإحساس، وإذا لم يكن قد أصبح روبوتاً بالكامل، فهو نادراً ما سيتمكن من تجنب مواجهة اتخاذ القرارات المؤلمة.

ومثال ذلك هو الحالة التي يمر بها الأبناء أثناء تحررهم من سلطة أبويهم، والتي ستكون مؤلمة في حال إنْ شعر الأبناء بالأذى الذي سيلحقونه بأبويهم جراء انفصالهم عنهم. لكنهم سيكونون سذّجاً إذا ما اعتقدوا بحقيقة أن هذا القرار المؤلم والصعب هو دليل على وجود مرض نفسي، وبالتالي فهم يحتاجون إلى التحليل النفسي.

والطلاق مثال آخر، فقرار تطليق الزوجة أو الزوج هو من أكثر القرارات صعوبة التي يمكن اتخاذها، ولكن قد يكون لصالح إنهاء الخلافات المستمرة والتي تشكّل عائقاً أمام تطور المرء. في مثل هذه الحالات فإن آلاف الأشخاص يعتقدون بوجوب خضوعهم إلى عملية التحليل النفسي لأن لديهم "عقدة" تجعل اتخاذ هذا القرار بالغ الصعوبة. وهذا ما يعتقدونه في عقلهم اللاواعي على أقل تقدير، ولكن من الحق أنه قد يكون لديهم غالباً دوافع أخرى. والدافع الأكثر شيوعاً هو المماطلة في اتخاذ القرار، مبررين ذلك بأنه يجب أولاً اكتشاف، عن طريق تحليل كينونتهم، كافة دوافعهم غير الواعية وراء القرار. ويتفق البعض على أهمية أن يخضع الطرفان إلى التحليل النفسي قبل اتخاذ قرار الطلاق. وأن التحليل النفسي الذي قد يطول لسنتين أو ثلاث أو حتى أربع لا يزعجهما على الإطلاق، بل على العكس، فكلما تطول مدة اتخاذ القرار، تزداد الحماية من عبء اتخاذه. لكن ما وراء المماطلة والتسويف لاتخاذ القرار بالطلاق، وبمساعدة التحليل النفسي، تبقى آمال أخرى للعديد من

هؤلاء الناس، بشكل واعٍ أم غير واعٍ. فبعضهم يأملون أن يقوم المحلل النفسي في نهاية الأمر باتخاذ القرار عوضاً عنهم، أو أنه سينصحهم بأسلوب مباشر بما يتوجب على الطرفين فعله، أو أنه سيقدم لهم النصح "مواربةً". وإن لم ينفع أي مما سبق، فلا يزال لدى الزوجين المزيد مما يتوقعانه: إذ سينتج عن هذا التحليل النفسي وضوح داخلي، إلى درجة أنهما سيصبحان قادرين على اتخاذ القرار دون مواجهة صعوبات، أو التعرض للألم. وعندما لا يحدث أي من التوقعين السابقين، قد يصلان إلى ميزة مشكوك بها، وهي: أنهما أصبحا منهكين من الكلام عن الطلاق إلى الحد الذي يجعلهما يقرران، ودون المزيد من التفكير، أحد القرارين التاليين: الطلاق مباشرة، أو الاستمرار سوية. وفي الحالة الثانية، عندما يقرران الاستمرار في زواجهما، فسيكون لديهما موضوعاً واحداً على الأقل يتحدثان عنه ويهمّهما سوية: مشاعرهما الخاصة، مخاوفهما، أحلامهما، إلخ. أو بكلمات أخرى، لقد أعطاهما هذا التحليل مادة ما ليتواصلا سوية، على الرغم من أنهما، بشكل أساسي، صاراً يتحدثان عن مشاعرهما أكثر مما أصبحا يشعران بشكل مختلف تجاه بعضهما.

ويمكننا ذكر كثير من القرارات الإضافية إلى الأمثلة السابقة، مثل: قرار إنسان بالتخلي عن العمل بأجر ممتاز ليقوم بعمل أقل أجراً لكنه أكثر متعة بالنسبة له، أو مثلاً قرار موظف حكومي بالاستقالة أو مخالفة ضميره، أو قرار شخص بالمشاركة في حركة احتجاج سياسية ومغامرته بخسارة عمله أو وضعه على القائمة السوداء، أو قرار رجل دين بأن يقول الحقيقة التي يعتقد بها، وبالتالي يخاطر بصرفه من مرتبته الكهنوتية، وخسارته لكل الأمان المادي والنفسي الذي يمنحه إياه الانتماء إلى المؤسسة الدينية.

ويبدو أن قلة نادرة من الأشخاص يلجأون إلى المحللين النفسيين طلباً للمساعدة عند الوقوع في نزاعٍ ما بين احتياجات ضميرهم واهتماماتهم

الذاتية، أكثر مما يفعلون عندما يتعلق النزاع بعائلاتهم، أو النزاعات الشخصية التي ذكرناها في أمثلة سابقة. وقد يشك المرء بأن الصراعات العائلية والذاتية توضع في الصدارة حتى لتغطي على الصراعات الأكثر شدة، وألماً، وجوهرية بين العقل الواعي والنزاهة والأصالة مع المصلحة الذاتية. وعادة لا تُرى الصراعات المذكورة أخيراً بهذا الشكل، بل يتم استبعادها بالسرعة القصوى على أنها نزوات غير عقلانية ورومانسية و"صبيانية"، وهي لا تتطلب، أو يجب ألا تتطلب، المتابعة. وعلى الرغم من هذه النظرة، إلا أن هذه النزاعات تبقى تناقضات حاسمة في حياة كل فرد منا، بل وهي أكثر أهمية من مسألة الطلاق أو عدمه ـ والذي يكون، في معظم الأحيان، ليس سوى استبدال نموذج قديم بآخر أكثر حداثة.

والسبب الآخر وراء عدم تجريب التحليل النفسي يكمن في خطورة بحث المرء في المحلل النفسي عن شخصية أبوية جديدة، وعندما يجد هذا الأب سيتكل عليه، وهذا ما يعيق تطوره.

سيقول المحلل النفسي التقليدي أن العكس هو صحيح، وأن المريض يكتشف الاتكالية غير الواعية على الأب أثناء عملية التحوّل إلى المحلل، ويعمل تحليل عملية التحول على إنهاءها، بالإضافة إلى إنهاء الارتباط الأصلي بالأب. نظرياً فإن هذا الكلام صحيح بالكامل، وخصوصاً أن هذا الأمر يحدث أحياناً، لكن في أحيان أخرى كثيرة يحدث ما هو مختلف البتة، إذ قد يقطع المحلل النفسي الرابط تماماً مع الأب، لكن تحت قناع هذه الاستقلالية يبني رابطاً جديداً، ولكنه في هذه المرة يكون مع المحلل النفسي الذي يصبح مصدر السلطة، والنصح، وهو المعلم الحكيم، والصديق الودود ـ أي يصبح الشخصية الأساسية في حياة المرء. ويحدث هذا غالباً بسبب ـ وهو واحد من الأسباب ـ أحد عيوب نظرية فرويد الكلاسيكية: فقد كان الافتراض الأساسي لفرويد: كل الظواهر "غير العقلانية" مثل الحاجة إلى سلطة قوية، والطموح الجامح والبخل والسادية والمازوشية، جميعها تعود

إلى ظروف الطفولة المبكرة، وقد كانت هذه الظروف المفتاح إلى فهم التطور اللاحق (على الرغم من أن فرويد ميّز نظرياً العوامل البنيوية على اعتبار أن لها بعض التأثير). وهكذا، فقد فُسِّرت الحاجة إلى سلطة قوية على أنها متأصلة في العجز الفعلي لدى الطفل، وعندما يظهر الارتباط نفسه في العلاقة مع المحلل النفسي، يتم تفسيره على أنه "عملية التحول"، أي الانتقال من مادة أولى (وهي الأب) إلى مادة ثانية (وهي المحلل). مثل هذه التحولات أو الانتقالات تحدث، وهي ظاهرة نفسية هامة.

لكن هذا التحليل ضيق للغاية، إذ ليس الطفل ضعيفاً فقط، بل كذلك هو الشخص الناضج. إن هذا الضعف متأصل في مختلف ظروف وجود الإنسان في "الوضع الإنساني". وبإدراك الإنسان للأخطار الكثيرة التي تهدده، مثل الموت والمستقبل غير الآمن ومحدودية معرفته، فلا يمكنه الحيلولة دون شعوره بضعفه. إن هذا الضعف الوجودي للفرد قد تضاعف للغاية جراء ضعفه *التاريخي*، والذي تواجد في كافة المجتمعات التي أسست فيها النخبة استغلالها للأكثرية، بأن تجعلهم أكثر ضعفاً مما لو كانوا في الحالة الديمقراطية العادية، كما وجدت في أكثر أنماط المجتمعات بدائية[39]، أو كما يمكن له أن يكون في الأنماط المستقبلية المبنية على التكافل أكثر من الخصومة.

وهكذا، ولأسباب وجودية وتاريخية، فإن الإنسان يتلهف ليربط نفسه "بالمساعدين الساحرين" بأشكالهم المختلفة: السحرة (أو الأطباء القدماء) الكهنة، الملوك والقادة السياسيين، المعلمين، والمحللين النفسيين، بالإضافة إلى الكثير من المؤسسات المختلفة مثل الكنيسة والدولة. إن هؤلاء، ممن يستغلون الإنسان، قدموا أنفسهم عادة ـ وتم قبولهم بسرعة ـ على أنهم

---

39 قارن: الحديث عن هذا الموضوع في كتابي *تشريح النزعة التدميرية لدى الإنسان*.

رموز أبوية. ويفضل المرء أن يُقنع نفسه أنه يطيع الأشخاص أصحاب النوايا الخيرة، على أن يعترف لنفسه بأنه يطيعهم بسبب خوفه وضعفه.

لقد انطوى اكتشاف فرويد لظاهرة التحول على إيحاءات أكثر بكثير مما فكر به، هو شخصياً، ضمن مفاهيم تلك المرحلة الزمنية. وباكتشافه لعملية التحول، اكتشفَ فرويد حالة خاصة تتعلق بأحد أقوى التنازعات داخل الإنسان، وهو الإعجاب الأعمى (الاستلاب). إنه صراع متجذر في غموض وجود الإنسان، وينطوي على غاية العثور على إجابة على الشك في الحياة بتحويل شخص، أو مؤسسة أو فكرة إلى "المطلق"، بمعنى تحويله إلى معبود بالخضوع إلى ما أوجده وهمُ المؤكد. من الصعب بمكان المغالاة في تقييم الأهمية النفسية والاجتماعية لفكرة المعبود عبر مسار التاريخ، ذلك الوهم العظيم الذي يعيق النشاط والاستقلالية.

إن زبائن التحليل النفسي هم، وبشكل واسع، أعضاء متحررون من الطبقات المتوسطة وفوق المتوسطة، الذين توقف الدين عن لعب دور فعال بالنسبة لهم، ولا يتحمسون للقناعات السياسية، ولا يتمكن أي إله أو إمبراطور أو بابا أو حبر أعظم أو سياسي ذو شخصية قيادية، من ملء الفراغ لديهم. يصبح المحلل النفسي بالنسبة لهم بمثابة خليط من المعلم الديني والعالم والأب والكاهن أو الحبر الأعظم، فهو لا يطلب منهم القيام بمهام صعبة، إنه ودود، ويقضي على كافة المشاكل الحقيقية في الحياة الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والدينية والأخلاقية والفلسفية، محولاً إياها إلى مشاكل نفسية. وهكذا فإنه يقلِّص كافة المشاكل السابقة إلى حالة من عقلنة الرغبات المحرّمة، دوافع القتل أو المرحلة الشرجية (بحسب نظرية فرويد). ويصبح العالم أكثر سهولة وراحة، ولين العريكة وقابلاً للتفسير، عندما يُختصر إلى هذه العوالم المختصرة البرجوازية.

* * *

يكمن الخطر الآخر في عملية التحليل النفسي التقليدي في حقيقة أن المريض غالباً ما يدعي أنه يريد فقط التغيير. وإذا عانى من بعض الأعراض المزعجة مثل: صعوبات في النوم، العجز الجنسي، الخوف من السلطات، والتعاسة في العلاقة مع الجنس الآخر، أو الشعور العام بالضيق، فإنه بالطبع يريد التخلص من هذه الأعراض. ومن لا يريد ذلك؟ لكنه غير مستعد لتجربة الألم والكرب اللذين هما جزء لا يتجزأ من عملية النضج والاستقلالية. ولكن كيف سيتغلب على هذه المعضلة؟ هو يعتقد أنه إذا اتبع "القاعدة الأساسية": أن يقول كل ما يخطر على باله دون رقابة، فسوف يشفى دون ألم أو حتى دون بذل جهد. وباختصار، هو يعتقد بـ "الخلاص باستخدام الحديث". لكن هذا ليس حقيقياً، إذ لا يمكن لأي كان أن ينمو وينضج دون عناء أو دون أن يكون لديه الاستعداد لمعاناة الألم والقلق، ولا يمكن لأي كان أن يحقق أي شيء دون ذلك.

والخطر الآخر، جراء التحليل التقليدي، هو أن المرء يجب أن يتوقع على الأقل: "العقلانية" للتجربة الفعالة. لقد كان من الواضح أن نية فرويد معاكسة لذلك: إذ أراد أن يخترق عملية التفكير الواعي التقليدية، ويصل إلى الرؤى والمشاعر التجريبية والخام وغير العقلانية وغير المنطقية، والتي تختفي وراء الوجه الناعم للأفكار النهارية (أي أفكار العقل الواعي). وقد وجد فرويد بالفعل ما يبحث عنه في حالة التنويم، في الأحلام، في لغة الأعراض، وفي العديد من تفاصيل السلوكيات الصغيرة التي لا ينتبه إليها أحد. لكن أثناء ممارسة عملية التحليل النفسي اختفى الهدف الأصلي وأصبح أيديولوجية. وعلاوة على ذلك، فإن التحليل النفسي تحول إلى نوع من البحث التاريخي في تطور الفرد، ومحمّلاً بقوة بالتفسيرات النظرية والبنيوية.

إن لدى المحلل النفسي عدداً من الفرضيات النظرية، كما أنه يستخدم تداعيات المريض على أنها إثباتات موثّقة على صحة نظرياته. فالمريض

كان مؤمناً صالحاً لأنه كان مقتنعاً بحقيقة العقيدة، ولقد اقتنع بأن المادة التي عرضها عليه المحلل النفسي، لا بد وأنها عميقة وأصيلة، تحديداً لأنها لاءمت النظرية. لقد أصبحت الوسيلة، بشكل مفرط، هي إحدى *التفسيرات*. وهنا أذكر مثالاً نموذجياً على هذه الحالة: مريضة تعاني من حالة بدانة سببها عادات غذائية قهرية. يفسر المحلل النفسي هذا الوسواس القهري، والبدانة الحاصلة جرّاءه، على أنها رغبة متأصلة في عقلها اللا واعي بابتلاع نطاف والدها، وأن تصبح حبلى منه. أما بالنسبة لحقيقة أن ليس لديها ذكريات مباشرة حول وجود مثل هذه الرغبة أو التخيلات لديها، فيتم تفسيره بكبت مثل هذه المشاعر الطفولية المؤلمة. لكن، وبناء على هذه النظرية، فإن هذا الأصل "أعيد بناءه"، في حين يتألف بقية التحليل، بشكل كبير، من محاولات المحلل لاستخدام تداخلات وأحلام المريض الإضافية ليثبت صحة ما أعاد بناءه. ومن المفترض في هذه الحالة أنه عندما "تفهم" المريضة تماماً معنى الأعراض التي تعاني منها، فسوف تشفى.

أساساً، فإن أسلوب هذه الطريقة في التأويل تُشفي باستخدام التفسير والشرح، لكن السؤال الحاسم هنا هو: "*لماذا* تشكلت الأعراض النفسية؟" وبينما يُطلب من المريض الاستمرار في التعاون، فإنه سيتورط فكرياً في البحث عن أصول أعراضه. وما كان يُقصد به أن يكون وسيلة تجريبية سيتحول إلى بحث فكري، بشكل واقعي وليس بشكل نظري. ومع افتراض أن المقدمات المنطقية صحيحة تماماً، فلا يمكن أن تقود هذه الطريقة إلى التغيير المنشود، باستثناء تلك التغييرات التي يتم استحضارها بأية طريقة أو اقتراح. فلئن تم تحليل شخص ما لوقتٍ كافٍ، وتم إخباره أن هذا العامل أو ذاك هو المسبب لحالته النفسية، فسوف يكون جاهزاً بسهولة لأن يصدق أن هذا هو التفسير، وسيتخلى عن أعراضه على أساس الإيمان بأن

اكتشاف جذور حالته النفسية قد أبرأه. تتكرر هذه الآلية بشكل كبير إلى درجة أنه لن يوجد عالم يقبل بشفاء الأعراض التي سببها دواء معين؛ ما لم يكن المريض غير مدرك لماهية الدواء الذي يتناوله، سواء كان حقيقياً أم موهِماً، ولا ينطبق هذا الكلام على المريض فقط، بل كذلك على المعالِج، وذلك لكي يتأكد أنه شخصياً ليس متأثراً بتوقعاته (اختبار التعمية المزدوجة).

تتعاظم خطورة "الاستذهان" في يومنا هذا، عندما تقود العزلة المسيطرة من تجربة فعالة للمرء إلى مقاربة فكرية شبه مكتملة للإنسان نفسه ولبقية العالم أيضاً.

وعلى الرغم من الأخطار الكامنة في الممارسة التقليدية للتحليل النفسي، فإن عليّ أن أعترف أنني وبعد أربعين عاماً في ممارسة التحليل النفسي، أصبحتُ أكثر قناعة من ذي قبل بأن التحليل النفسي الذي يُفهم ويُطبّق بالشكل الصحيح، يحمل إمكانات عظيمة كوسيلة لمساعدة الإنسان. وهي مسألة حقيقية تماماً عندما يتعلق بالمجال التقليدي للتحليل النفسي، أي علاج الحالات النفسية.

لكننا هنا لسنا مهتمين أساساً بالتحليل النفسي كوسيلة علاج للحالات النفسية، بل بالوظيفة *الجديدة* للتحليل النفسي، والتي أُطلق عليها شخصياً اسم *التحليل ماوراء العلاجي*. والذي قد يبدأ كتحليل علاجي لكنه لا يتوقف عندما تشفى الأعراض، بل سيتابع حتى الوصول إلى غايات جديدة تتجاوز مسألة العلاج. أو قد يبدأ بهدف ما وراء علاجي، وذلك في حالة عدم وجود مشاكل مرضية نفسية تحتاج إلى العلاج، حاسمة الهدف وراء استعادة المريض لـ "حالته الطبيعية". وهذا الهدف لم يخطر لفرويد عندما كان معالجاً، على الرغم من أنه يمكننا الافتراض أن هذا الأمر ليس بالغريب عنه، في حين كانت غايته من العلاج هي إجراء التعديلات إلى

حين الوصول إلى الوظائف "الطبيعية" (أي أن يصبح المرء قادراً على العمل والحب)، لم يكمن الطموح الكبير في مجال العلاج، بل في مجال خلق حركة تنويرية مبنية على آخر خطوة يمكن لها أن تقوم بها، وهي: إدراك المشاعر غير العقلانية والتحكم بها. كان طموح فرويد قوياً لدرجة أنه كان يتصرف كما لو أنه قائد سياسي، وعليه أن يفتح العالم بـ "حركته" أكثر من كونه عالماً[40].

إن الهدف ما وراء العلاجي هو تحرر الإنسان من خلال وعي الذات الأمثل، والوصول إلى الكينونة المثلى، والاستقلالية، والقدرة على الحب، والتفكير الواقعي النقدي، وبلوغ الكينونة وليس التملك.

يراجع التحليل النفسي ما وراء العلاجي (الإنساني) بعضاً من نظريات فرويد، وتحديداً نظرية الليبيدو، كونها صغيرة الحجم كأساس لفهم الإنسان. وعوضاً عن التركيز على الجنسانية والعائلة، فإنها تدعي أن الظروف الخاصة للوجود الإنساني وبنية المجتمع، هي ذات أهمية أساسية أكبر من العائلة، وأن المشاعر التي تحرّك الإنسان هي غير غريزية بشكل رئيسي، لكنها "الطبيعة الثانية" للإنسان، وتتشكل نتيجة التفاعل بين الظروف الاجتماعية والوجودية.

لقد استعملتُ في الماضي، في بعض الأحيان، مصطلح التحليل النفسي "الإنساني"، ثم تخلّيتُ عنه، من جهة أولى لأنه تم استغلاله من قبل فريق من المحللين النفسيين الذين لا أتفق معهم في وجهات نظرهم، ومن جهة أخرى لأنني رغبت بتجنّب ترك الانطباع بأني كنت أسعى إلى التأسيس لـ

---

40 قارن: إريش فروم، *رسالة سيغموند فرويد* (New York: Harper & Bros., 1959)؛ وأيضاً *رسائل فرويد إلى يونغ*، والتي تكون أحياناً صادمة بالسيطرة السياسية المسبقة مقابل الاهتمامات الإنسانية والعلمية: *رسائل فرويد ويونغ*. تحرير. دبليو ماك غواير (Princeton: Princeton University Press, 1974)

"مدرسة" جديدة للتحليل النفسي. وفيما يتعلق بمسألة مدارس التحليل النفسي، فقد أظهرت التجربة أنها مؤذية للتطور النظري للتحليل النفسي ولكفاءة مريديها، وهذا جلي في حالة المدرسة الفرويدية. وأنا أعتقد أن فرويد كان عالقاً بين تغيير نظرياته، إذ كان عليه الجمع بين أتباع نظريته بأيديولوجية مشتركة. ولئن كان عليه أن يغير المواقف النظرية الأساسية، فقد كان سيحرم أتباعه من العقائد المشتركة. وأكثر من ذلك، فإن لكل من "المدرسة" ومؤيديها تأثيراً مدمراً على أعضاءها. وكونهم أتباعاً للمدرسة، فإنهم يمنحون الكثير من الدعم الأخلاقي المطلوب ليشعروا بأنهم مؤهلون لتأدية مهمتهم دون الاضطرار إلى بذل جهود أكبر في التعلم. وبناء على ما لاحظته فإن ما تعتبره المدرسة المتشددة حقيقياً، تصدقه بقية المدارس دون مساءلة. لقد أفضت هذه الملاحظات بي إلى الاقتناع بأن تشكيل مدارس التحليل النفسي هو أمر غير محبذ ولا يقود إلاّ إلى الدوغمائية والعجز[41].

كذلك فإن الإجراء التقني مختلف، وأكثر فعالية، ومباشرة، وتحدياً. لكن الهدف الأساسي للتحليل النفسي الكلاسيكي يبقى ذاته هنا، وهو: إماطة اللثام عن النزعات اللا واعية، وتعريف المقاومة، والتحول، والعقلانية، وتأويل الأحلام على أنها "الطريق السحري" لفهم اللاوعي.

كذلك يجب أن تُضاف مؤهلات الفرد إلى هذا التوصيف، فالفرد الذي يبحث عن التطور الأمثل قد يكون لديه أعراض نفسية، وبالتالي فهو يحتاج إلى التحليل النفسي بصفته علاجاً. والمرء الذي لم يتم إقصاؤه تماماً، ومن بقي حساساً وقابلاً لأن يشعر، ومن لم يفقد إحساسه بكرامته، ومن لا يمكن "بيعه" بعد، ومن يعاني أكثر من سواه، ومن لا يمتلك سمة الكينونة أو الوجود ـ وباختصار الشخص الذي لا يزال إنساناً ولم يتحول إلى شيء ـ

---

41 المصدر نفسه.

مثل هذا الشخص لا يمكنه التخلص من شعوره بالوحدة، والعجز، والعزلة في مجتمعنا المعاصر. لا يمكن لهذا الشخص عدم التشكيك بنفسه وبمعتقداته، إن لم نقل بقواه العقلية. ولا يمكن لهذا الشخص التخلص من المعاناة، حتى وإن كان يمر بلحظات من الفرح والصفاء التي عادة ما تغيب عن حياة معاصريه "الطبيعية". ولن يكون مستبعداً أن يعاني من حالات نفسية تنتج عن حالات يعيشها المرء العاقل في مجتمع مجنون، أكثر من معاناته من حالات نفسية تقليدية يعاني منها الشخص المريض الذي يحاول أن يتأقلم مع مجتمع مريض أيضاً. وأثناء خضوعه إلى التحليل النفسي، أي تطوره باتجاه استقلالية أكثر وإنتاجية أكثر فعالية، فإن أعراض مرضه النفسي سوف تُشفى تلقائياً. وفي التحليل الأخير فإن كل أشكال الأعراض النفسية هي مجرد دلالات على الفشل في حل مشكلات العيش بأسلوب مناسب.

12. التحليل النفسي الذاتي

إذا وجب أن يكون استكشاف اللاوعي للمرء جزءاً من التأمل، فإن السؤال المطروح هنا إذا كان باستطاعة المرء أن يحلل نفسه كجزء من ممارسته للتأمل. لا شك أن هذا الأمر بالغ الصعوبة، ويفضّل أن يتم تقديمه أثناء ممارسة التحليل النفسي الذاتي، من خلال عمل تحليلي مع محلل نفسي قدير.

يتعلق السؤال الأول الذي يحتاج إلى إجابة بأهلية المحلل النفسي للقيام بهذا النوع من التحليل العلاجي، فإذا لم يكن لدى المحلل هذا الهدف، فسوف يواجه صعوبة في استيعاب ما يريده المريض. وليست المسألة هنا أنه يجب عليه تحقيق هذا الهدف بنفسه، لكن عليه أن يسلك طريق تحقيقه. وبما أن عدد المحللين الذين يسعون إلى تحقيق هذا الهدف قليل، فليس من السهل إيجاد مثل هذا النوع من المحللين. والقانون الذي يجب ملاحظته هنا ـ كما في حالة اختيار المحلل النفسي لأسباب تحليلية علاجية صرفة ـ أنه ينبغي على المرء أن يسأل بدقة عن المحلل النفسي لدى الناس الذين يعرفونه جيداً (كالمرضى والزملاء) ولا يؤخذ بالأسماء اللامعة الفاخرة أو بالتوصيات، كما على المرء أن يكون متشككاً تجاه التقارير الحماسية التي كتبها مرضى قاموا بتأليه محللهم النفسي، ويحاول تشكيل انطباع عن

المحلل من مقابلة أو اثنتين أو حتى من عشر مقابلات، ويراقبه بالدقة ذاتها التي يقوم بها المحلل النفسي تجاه المِريض نفسه. فالعمل لسنوات عديدة مع المحلل النفسي "الخاطئ" أمر مؤذٍ، للغاية تماماً كما لو أن المرء بقي متزوجاً من الشخص الخطأ لسنوات طويلة.

كما أن للمدرسة التي يتبع لها المحلل النفسي مدلول معين، فمثلاً عادة ما يكون المحللون النفسيون "الوجوديون" أكثر انشغالاً بالمشكلات ذات المغزى الإنساني، وبعضهم هم كذلك حقاً، بينما آخرون أقل فهماً، يستخدمون ببساطة المصطلحات الفلسفية المأخوذة من هاسرل وهيدغر أو سارتر كوسيلة للاحتيال، دون التوغل حقيقة في عمق شخصية المريض. ويتمتع أتباع يونغ بسمعة كونهم الأكثر اهتماماً بالاحتياجات الدينية والروحانية للمريض، وبعضهم هو كذلك حقاً، لكن الكثيرين منهم، تراهم إذ يتحمسون إلى الأساطير والتجانسات، فإنهم يفشلون في التوغل إلى أعماق الحياة الفردية للمريض وإلى لا وعيه الشخصي.

ليس بالضرورة أن يكون الفرويديون الجدد هم أجدر بالثقة من سواهم، وكذلك الأمر مع اللافرويديين، فالبعض يقاربون التحليل النفسي بالفعل من وجهة نظر مرتبطة بالأخرى الجاهزة هنا، وثمة الكثيرون ممن لديهم مقاربة سطحية تفتقر إلى التفكير العميق والناقد. وأعتقد أن المدارس الأكثر بعداً من تلك التي ذكرتها هنا هي المدارس الفرويدية المتعصبة، إذ أن نظرية الليبيدو والتأكيد الأحادي الجانب على تجربة الطفولة يعيق تقدم هذه المدارس. ولكن، وعلى الرغم من ذلك المذهب، وهناك من تجعلهم قيمهم الشخصية والفلسفية مرشدين مقبولين إلى الوعي الكامل لحقيقة المرء الداخلية. وباختصار أعتقد أن موهبة المحلل النفسي أقل ارتباطاً بالمدرسة التي ينتمي إليها من ارتباطها بشخصيته، وبصفاته، وبقدرته على التفكير النقدي، وبفلسفته الشخصية.

وما يرتبط بشكل وثيق بشخصية المحلل النفسي أيضاً هو الأسلوب التحليلي الذي يستخدمه، فقبل أي شيء، لا أعتقد أن التحليل الذي يهدف إلى تعليم الحاجة إلى التحليل النفسي الذاتي يدوم كثيراً. وفي العموم، فإن ساعتين أسبوعياً لمدة ستة أشهر يجب أن تكون كافية، وهذا يتطلب تقنية خاصة: لا ليس للمحلل النفسي أن يكون سلبياً، فبعد الاستماع إلى المريض ما بين 5 إلى 10 ساعات، يكون قد شكل فكرة عن بنية عقل المريض اللاواعي، وعن درجة المقاومة التي يبديها. ويجب أن يصبح المحلل قادراً على مواجهة المريض بما اكتشفه عنه، ومن ثم يحلل ردود أفعاله، وبالتحديد مقاومته. وأكثر من ذلك، يجب على المحلل النفسي أن يحلل منذ البداية أحلام المريض، ويستخدمها كدليل أثناء التشخيص، ومن ثم ينقل إلى المريض كل تأويلاته، وما سبق له معرفته.

وفي نهاية فترة العلاج، يجب أن يصبح المريض مطلعاً كفاية على عقله اللاواعي، وأن يكون قد تمكن من تخفيض نسبة ممانعة عقله اللاواعي إلى درجة تؤهله لمتابعة التحليل النفسي معتمداً على نفسه، والبدء بعملية تحليله النفسي يومياً ولبقية حياته. وهنا أذكر هذا الأمر لأنه لا توجد حدود لمعرفة المرء بنفسه، ويمكنني القول من خلال تجربتي الشخصية مع التحليل النفسي الذاتي اليومي، والتي أقوم بها منذ أربعين سنة، أنه لم يوجد أبداً وقت لم أكتشف فيه أمراً جديداً، أو لم أعمق فيه معرفتي بما سبق لي معرفته من قبل. ومع ذلك فقد يكون من المفيد، وخصوصاً في المرحلة الأولى من التحليل النفسي الذاتي، العودة إلى العمل مع المحلل إذا وجد المرء نفسه في موقف حرج، لكن لا ينبغي أن يقوم المرء بهذا إلا كحل أخير، وإلاّ فإنه يقع فريسة إغواء تجديد الارتباط بالمحلل النفسي من جديد.

إن الإجراء المرغوب به استعداداً للتحليل النفسي هو مقدمة في التحليل النفسي، ولا يخلو هذا الإجراء من صعوبة، ليس فقط بسبب قلة عدد

المحللين النفسيين الذين تؤهلهم شخصيتهم للقيام بهذا العمل، ولكن أيضاً بسبب أن آلية عملهم لا تدفعهم باتجاه مقابلة المرضى لمدة ستة أشهر متتالية، ومن ثم مقابلتهم فقط في مناسبات معينة، أو حتى عدم مقابلتهم نهائياً. ولا يحتاج هذا النوع من العمل فقط إلى نوع معين من الاهتمام، بل وأكثر من ذلك، فإن من متطلباته أن يكون لدى المحلل جدول مواعيد مرن. وأنا أعتقد شخصياً أنه إذا أصبح العلاج بالتحليل النفسي الذاتي أكثر انتشاراً فإن عدداً لا بأس به من المحللين النفسيين سيصبح متخصصاً بهذا النوع من العمل، أو على الأقل فإنهم سوف يكرسون نصف وقتهم للعمل على هذا الأمر.

لكن ما العمل إن لم يجد المرء محللاً نفسياً مناسباً، أو، ولأسباب مختلفة، لم يتمكن من الوصول إلى المكان الذي يتواجد فيه المحلل، أو لا يمكنه تحمل نفقات ذلك؟ هل يكون الحل في مثل هذه الحالة هو التحليل النفسي الذاتي؟

للإجابة على هذا السؤال لا بد من النظر إلى عدة عوامل، أولها هو مدى الرغبة بالتحقيق الهدف بالتحرر، وحتى هذه الرغبة لا تصبح فعالة إلا مع حقيقة امتلاك العقل البشري لنزعة داخلية باتجاه اللياقة البدنية والصحة ـ أي، تحقيق الظروف التي تناسب النمو والتطور للفرد والنوع البشري[42]. وإن هذه النزعة للمحافظة على الصحة، والمعروفة جيداً، تتواجد في الجسد بعيداً عن العقل ـ وكل ما يفعله الدواء هو إزالة المعوقات للمحافظة على فعالية هذه النزعات ودعمها. والحق أن معظم الأمراض تشفي نفسها بنفسها دون أي تدخل. وهذه الحقيقة، والتي تطبق على الصحة العقلية،

---

42 لمعرفة هذه الفرضية قارن: نقاشي في *تشريح النزعة التدميرية لدى الإنسان*.

بدأت بالظهور ثانية، مؤخراً، على الرغم من أنها كانت معروفة جيداً في العصر الأقدم، حين كان التدخل التقني أقل أهمية.

من الحالات غير المحبذة لممارسة التحليل النفسي الذاتي حالة الأمراض النفسية الخطيرة، والتي يصعب التعامل معها في التحليل النفسي العادي المطوّل. والحالة الثانية، والبالغة الأهمية، تكمن في ظروف معينة من حياة الإنسان، مثلاً: شخص لا يجب عليه أن يعمل ليكسب عيشه لأنه يعيش من مال ورثه، أو لأنه يعتاش من أموال أهله (أو زوجته، أو زوجها)، فإن لدى هذا الشخص فرصة أسوأ من شخص آخر أُجبر على العمل، وبالتالي أقل انعزالاً من الشخص الآخر. كذلك فإن المرء الذي يعيش بين مجموعة يعاني أفرادها جميعاً من العيب، نفسه، سوف يكون أكثر ميلاً لقبول قيم مجموعته هذه على أنها قيم معيارية سليمة. والحالة السلبية الأخرى هي عندما يكسب المرء عيشه في مثل هذا السلوك، حيث تكون مؤهلاته السيكولوجية هي ثروة، وحيث قد يكون التغيير الداخلي خطيراً على حياته، ونذكر هنا مثالاً عن ممثل أو فنان تكون نرجسيته عاملاً ضرورياً لنجاحه، أو نذكر مثالاً عن الشخص البيروقراطي الذي قد يخسر عمله إذا خسر خضوعه. أخيراً، فإن للظرف الحضاري والروحاني لشخص ما أهمية قصوى، سواء أوجد تواصلاً مع الأفكار الفلسفية والدينية أو السياسية الحساسة، أو فيما إذا لم يكن المرء قد نظر إلى ما وراء النظريات المؤطرة حضارياً لطبقته الاجتماعية والبيئية، فإن بين الحالتين فرقاً كبيراً، وغالباً ما يكون هذا الفرق حاسماً. وأخيراً فإن الذكاء منفرداً لا يبدو أنه عامل حاسم، فهو أحياناً يعزز من المقاومة لدى المرء.

13. أساليب التحليل النفسي الذاتي

سوف يتطلب الأمر كتاباً منفصلاً للحديث بالتفصيل عن كيفية تعلم التحليل الذاتي، وهكذا يجب أن أحدد نفسي هنا إلى بعض الاقتراحات البسيطة.

قبل البدء بالتحليل النفسي الذاتي، على المرء أن يكون قد تعلم كيفية البقاء في حالة السكون، وكيفية الجلوس باسترخاء، والتركيز.

عندما يتم تحقيق هذه الظروف الأولية، ولو في أدنى حدودها، يصبح بإمكان المرء المتابعة في طرق مختلفة لا تُقصي إحداها الأخرى.

(1) يحاول المرء أن يتذكر الأفكار التي كانت تشاغله أثناء محاولته الوصول إلى السكون، ومن ثم "يتلمس المرء طريقه إلى داخل تلك الأفكار" بهدف معرفة إذا ما كان لأي منها تأويلات، ومعرفة هذه التأويلات في حال وُجدت. أو ربما يراقب المرء بعض الأعراض التي تنتابه، مثل شعوره بالتعب (على الرغم من أخذ القسط الكافي من النوم)، أو إحساسه بالكآبة، أو الغضب، وعندها يخمّن فيما إذا كان أياً منها رد فعل، وأيها تجربة لا واعية جراء شعور واضح وصريح.

وهنا أتعمد أن لا أقول "أن يفكر" لأن المرء لن يتوصل إلى إجابة بالتفكير النظري، فهو في أفضل الأحوال سيصل إلى تخمين نظري. ما قصدته بـ "أن

يخمّن" هو أن يقوم بـ "اختبار" متخيّل لمشاعر مختلفة محتملة — إلى أن تظهر حالة إدراك معينة وبشكل واضح على أنها الأصل لتجربة واعية، لنقل، عن الإعياء. فمثلاً: يحاول المرء أن يتخيل لحظات سابقة للإعياء، ويحاول إدراك سببها، وهنا قد يُهيء للمرء مجموعة احتمالات يعتبرها السبب وراء الإعياء، مثل تأجيل مهمة صعبة بدلاً من مواجهتها، أو شعوراً متناقضاً تجاه صديق أو شخص يحبه، أو انتقاد آذى نرجسيته إلى درجة التسبب باكتآب بسيط، أو ادعاءه صداقة أحد الأشخاص أثناء لقاءه معه، وفي الحقيقة أن ليس من صداقة بينهما أصلاً.

وهنا أورد مثالاً أكثر تعقيداً: وقع رجل في غرام امرأة، فجأة وبعد بضعة أشهر، بدأ يشعر بالتعب، والكآبة، وفتور المشاعر، وأخذ يحاول إيجاد كافة التفسيرات العقلانية لما كان يمر به، كأن يقول إن عمله لا يسير على ما يرام (والذي قد يكون تأثر حقاً بالسبب ذاته الذي سبب له الإنهاك)، أو إن أمله خُيب أو إنه حزن لتطورات سياسية معينة، أو قد يكون السبب أنه قد أصيب بنزلة برد حادة، وهكذا يكون قد أوجد لنفسه إجابة مرضية. لكن إذا كان هذا المرء مرهف الحساسية، فقد ينتبه إلى أنه قد أصبح مؤخراً ينزع إلى إيجاد العيوب في أشياء بسيطة في حبيبته، أو أنه قد يلاحظ أنه كان سابقاً يتلهف إلى ملاقاتها، أما الآن فهو يجد أسباباً لتأجيل لقاءات خططا لها من قبل. وقد تقوده هذه الإشارات الصغيرة، وكثير سواها، إلى أن هنالك خطباً ما في علاقته معها. إذا كان قادراً على التركيز على مشاعره، فربما يتضح بالنسبة إليه أن الصورة التي رسمها لهذه الفتاة قد تغيرت، وأنه في بداية تطور انجذابه الجنسي والإيروتيكي إليها لم يلاحظ بعض السمات السلبية، وأن ابتسامتها الحلوة أصبحت مصطنعة بل وباردة.

وربما يكون قد تتبع أثر هذا التحول في حكمه إلى ليلة معينة، *قبل لقائهما*، عندما دخل الغرفة وراقبها وهي تتحدث مع الآخرين. فشعر

عندئذٍ أن هنالك خطباً ما، لكنه تجاهل هذا الشعور على أنه "نفسي" أو غير عقلاني، لكنه في الصباح التالي استيقظ وهو يشعر أنه مكتئب، وهذا ما عانى منه منذ أسابيع عدة إلى الآن. لقد حاول أن يكبت إدراكه الجديد، وشكوكه، لأنه، وهو يعيش في مرحلة الحياة الواعية، فإن سيناريو الحب والإعجاب لا يزال صالحاً للتمثيل بالنسبة له. لكن الصراع ظهر بشكل غير مباشر كونه أصبح في موقف حرج، أو كونه أصبح فاتر المشاعر ومكتئباً لأنه لم يعد بإمكانه متابعة "علاقة الحب" بنفس المشاعر المرحة والصادقة التي بدأ فيها، كما أنه ليس بإمكانه الآن إنهاءها، لأنه قد كبت إدراكه للتغيير في مشاعره. وحالما يفتح عينيه على هذه الحقيقة، ربما يصبح بإمكانه استعادة شعوره بالحقيقة، ويرى بوضوح ما الذي يشعر به، فيمكنه إنهاء العلاقة بألم حقيقي، إنما دون كآبة.

وهنا أورد مثالاً آخر عن التحليل النفسي للأعراض: رجل أعزب في منتصف الأربعينيات يعاني من وسواس قهري، فهو يرتعب كلما غادر منزله من أن يكون قد نسي إطفاء الفرن الكهربائي، وأن النار ستلتهم منزله بالكامل، وخصوصاً مكتبته القيمة. ونتيجة لذلك، فإنه يشعر بأنه مجبر على العودة إلى المنزل كلما غادره، وهذا دافع قهري يعكر عليه أنشطته اليومية العادية.

ولهذا العارض تفسير بسيط، فمنذ خمس سنوات خلت خضع هذا الرجل إلى عملية استئصال لكتلة سرطانية، وحينها ذكر له الطبيب المعالج شيئاً عن أن كل شيء على ما يرام، باستثناء إمكانية عودة انتشار الخلايا الخبيثة مرة أخرى خلال السنوات الخمس القادمة "والتي يمكن أن تنتشر بسرعة النار". فالرجل كان مرعوباً للغاية من هذه الإمكانية، ما جعله يكبت الفكرة تماماً في عقله الواعي، ويستبدلها بفكرة الخوف من اندلاع النار في منزله.

إن الإجرء الذي يتخذه "العقل الواعي" يمنح صاحبه عادةً شعوراً بالارتياح، بل وبهجة، على الرغم من أن مضمون الإجراء نفسه قد لا يكون ساراً. بالإضافة إلى ذلك، ومهما يكن العنصر المكتشف حديثاً، فإن إتباعه بالتخمينات لاحقاً سوف يقود على الأغلب إلى بعض الاكتشافات الجديدة أو إلى عواقب، وذلك في اليوم نفسه أو فيما بعد. وليس من الضروري الوقوع في فخ التصريح بتكهنات نظرية معقدة.

(2) مقاربة أخرى هي تلك التي توازي أسلوب الشراكة الحرة، حيث يتخلى المرء عن التحكم بأفكاره، كما يسمح بتلقي الأفكار الأخرى، ويحاول أن يفحصها بهدف اكتشاف ارتباطات خفية بينها، ونقاط مقاومة حيث يشعر المرء أنه يوقف قطار أفكاره ـ إلى أن تتقدم عناصر معينة لم تكن موجودة في عقله الواعي إلى مقدمة وعيه.

(3) ومقاربة أخرى هي السيرة الذاتية، وأعني بهذا تكهنات حول ماضي المرء، بدءاً من الطفولة المبكرة وانتهاءً بالتطور المستقبلي المنظور. حاولْ أن تحصل على صورة للأحداث الهامة، لمخاوفك الأولى، آمالك الأولى، خيبات أملك الأولى، والأحداث التي قلّصت من ثقتك وإيمانك بالناس وبنفسك أيضاً.

اسأل نفسك السؤال التالي: على من أعتمد؟ ما هي مخاوفي الكبرى؟ ماذا كان مقدراً لي أن أكون عندما خلقت؟ ماذا كانت أهدافي وكيف تغيرت؟ ماذا كانت العقبات التي ظهرت في طريقي عندما اتخذت اتجاهاً خاطئاً أو طريقاً خاطئاً؟ ما هي الجهود التي بذلتها لأصحح الخطأ وأعود إلى الطريق السليم؟ من أنا الآن، ومن سأكون إذا كنت قد اتخذت دائماً القرارات الصائبة وتجنبت الأخطاء المصيرية؟ من هو الشخص الذي كنت أريد أن أكونه في الماضي، والحاضر، والمستقبل؟ ما هي الصورة التي رسمتها لنفسي؟ وما هي الصورة التي أرغب أن يراها الآخرون عني؟ أين

هي التناقضات بين الصورتين؟ وما هي التناقضات بين الصورتين وبين ما أشعر أنه نفسي الحقيقية؟ من هو الشخص الذي سأكونه إذا استمريت في العيش كما أفعل الآن؟ ما هي الظروف المسؤولة عن التطور الذي تعرضتُ له؟ ما هي البدائل المتاحة أمامي لتطور إضافي؟ ما الذي يجب علي فعله لأستوعب الاحتمالات التي أختارها؟

ولا يجب أن يتألف البحث في السيرة الذاتية من بنيات تجريدية بمصطلحات التنظير ـ التحليل نفسي، لكن يجب أن تكون على المستوى التجريبي لـ "استقراء" الإحساس، التخيل وخفض الأفكار النظرية إلى الحد الأدنى.

(4) الأمر الذي يرتبط بشكل وثيق بالمقاربة السيرية الذاتية هو أن المرء يحاول الكشف عن التناقضات الموجودة بين أهدافه الواعية في الحياة وتلك التي لا يعيها، لكنها تقرر حياته. في داخل الكثير من الأشخاص ثمة روايتان من هذا النمط: رواية واعية، وهي الرواية "الرسمية"، بشكلها المعروف، والتي هي قصة غلاف لرواية سرية تسيطر على سلوكنا. إن التناقض بين الروايتين الواعية والسرية يظهر في العديد من المسرحيات اليونانية، والتي تُسند فيها "الرواية السرية" إلى "القدر" (MOIRA). فالقدر هو الشكل المغاير من رواية العقل غير الواعي داخل الإنسان، والذي يقرر له حياته. فمثلاً تُظهر مسرحية أوديب هذا التناقض بكل وضوح: إن الرواية السرية لأوديب هي أن يقتل والده ويتزوج والدته، في حين أن عقله الواعي وقصة حياته المعدّة يسعيان إلى تجنب هذه الجريمة تحت أي ظرف، لكن الرواية السرية هي الأقوى، وتسير ضد رغبته، ودون إدراكه لما يفعله. إنه يعيش تبعاً للرواية السرية.

تختلف درجة التناقض بين الروايتين الواعية وغير الواعية بشكل كبير بين الناس، فمن جهة هنالك الأشخاص الذين ليس لديهم رواية سرية،

لأن الشخص قد نضج إلى حد بعيد، حتى أصبح متحداً بالكامل مع نفسه، وهو لا يحتاج إلى أن يكبت أي شيء داخله. ومن جهة أخرى، لا يوجد رواية سرية لأن المرء قد اتحد مع نفسه "الشريرة" حتى أنه لا يحاول أن يدعي أن هنالك "نفس أفضل". والحالة السابقة تدعى أحياناً بـ "النفس المجردة" أو "النفس المتيقظة". أما الحالة الثانية فهي تصف أناساً مرضى بشكل حاد، والذين يمكن استخدام عدد من التشخيصات إلى حالتهم، لكن ليس هناك ما يضاف إلى ذكائهم. يمكن للغالبية العظمى من الناس أن تكون متآمرة على الصلة بين الطرفين النقيضين، لكن حتى مع المجموعة المعتدلة هنالك فارق هام: هنالك فئة ممن تكون روايتهم الواعية عبارة عن حالة مثالية لما يميلون باتجاهه، لذلك تكون الروايتين متشابهتين بشكل أساسي. وبالنسبة للفئة الأخرى، فإن رواية الغلاف هي النقيض تماماً للرواية السرية، إنها تُستخدم فقط لإخفاءها لكي يتمكن الشخص من اتباعها بشكل أفضل.

وفي حالات التناقضات الكبرى بين الروايتين تظهر الصراعات الحادة، والشعور بعدم الأمان، والشكوك، وتبدد الطاقة، وكنتيجة لذلك يتطور عدد لا بأس به من الأعراض الجلية. ولكن كيف يمكن أن يكون الأمر غير ذلك عندما يجب عليه، وباستمرار، استخدام كمية كبيرة من الطاقة كي يتجنب أن يكون واعياً للتناقضات الداخلية، وليتوقف عن كونه ابتلي بالشكوك العميقة حول هويته، وليمنع شعوره المبهم بنقص الأصالة والنزاهة؟ إن بدائله الوحيدة هي إما الاستمرار في حالة الضيق، أو التوغل إلى الطبقات المكبوتة بشدة من التجربة، والإجراء الأخير يفضي بالضرورة إلى الجزع الشديد.

وهذه بعض الأمثلة على الرواية السرية: أذكر رجلاً أعرفه جيداً لكنني لم أقم بإجراء تحليل نفسي له، أخبرني ذات مرة الحلم التالي:

"جلست إلى نعش على أنه طاولة، وكان عليه وجبة طعام، أكلتها. ثم، عُرِضَ علي كتاب وقّع عليه رجال عظماء، رأيت أسماء مثل: موسى، أرسطو، بلاتو، كانت، سبينوزا، ماركس وفرويد. وسُئلت أن أوقع باسمي على أني الشخص الأخير الذي سيوقع على هذا الكتاب، وبعد ذلك من المفترض أن يغلق الكتاب إلى الأبد".

كان هذا الحلم لرجل ذي طموح استثنائي. وعلى الرغم من المعرفة العظيمة والذكاء، إلا أنه كان يواجه صعوبة في العمل على كتابه الخاص وفي وضع أفكار غير منقولة عن الآخرين. إن لديه شخصية سادية، كانت مغطاة بالأفكار المتطرفة الغيرية، وباللفتات المتباعدة العرضية لمساعدة الآخرين. في الجزء الأول من حلمه نرى رغبة بسيطة متوارية باشتهاء الموتى - ويعبر عنها الطعام المقدم على النعش، إذا ما تُرجمت إلى نص واضح غير مراقب، عن رغبة بأكل الجسد من النعش. (هذه هي إحدى التجليات المتكررة لما أسماه فرويد "عمل الحلم" والذي يفسر فكرة الحلم الكامنة غير المقبولة إلى نص حلم واضح وغير مؤذ). إن الجزء الثاني من الحلم ليس عليه رقابة بالكامل، إن طموح الرجل الحالم هنا هو أن يمتلك صيتاً ذائعاً مثل المفكرين العظماء في العالم، وأنانيته واضحة في حقيقة أنه يتمنى اختتام تاريخ علم الفلسفة به، فلا ينبغي أن يظهر بعده أشخاص عظماء ليتعلم منهم جيل المستقبل. لم يكن هذا الوعاء السري لتناول جثث الرجال العظماء - بمعنى إطعام نفسه على أساتذة الماضي وأن يصبح عظيماً بدوره - معروفاً لهذا الشخص، كما كان مخفياً عن الأشخاص المحيطين به، والذين معظمهم معجبون به لذكائه، ولطفه، وأفكاره الخيرة.

أما الخطوط العريضة المحتملة لرواية سرية أخرى فهي على الشكل التالي: إنقاذ والدته من والده القاسي، ومن خلال إعجابها به ليصبح أعظم رجل في العالم. وهذه رواية أخرى: إنه يرغب بتدمير كل روح حية أخرى

ليبقى وحيداً، وهكذا يتخلص من شعوره بالضعف والخوف من الآخرين. وهذه رواية أخرى أيضاً: إلحاق نفسه بشخص غني ونافذ، وإيجاد الشخص العظيم المفضل لديه، وانتظار موته لكي يرث منه كل ما يملكه: الأشياء المادية، الأفكار، والمهابة. وثمة رواية أخرى إضافية: إنه يريد أن يختبر العالم كسجن مصنوع من الطعام، والهدف من الحياة هو التهام جدران هذا السجن، وهنا أصبح الأكل هدفاً للحياة، والأكل هنا يحمل له التحرر.

ويمكن للمرء إضافة المزيد من الروايات، لكن ليس إلى ما لا نهاية. وبما أن الروايات السرية هي إجابات كاملة على حاجات أساسية متجذرة في الوجود الإنساني، فإن هنالك عدداً محدوداً فقط من هذه الروايات، لأن عدد احتياجات الإنسان الوجودية محدود بدوره.

هل يعني هذا أننا في الحياة الواقعية خائنون، كاذبون، ساديون، إلخ.. وأننا نخفي هذه الصفات حتى لا تظهر في سلوكنا العلني؟ يمكن أن يكون هذا صحيحاً إذا كانت مشاعر الكذب والخيانة والتعذيب مسيطرة داخل أنفسنا، ومع قلة من الأشخاص فإن هذه الحالة هي دقيقة. سوف يمتلك هؤلاء الأشخاص أقل دافع للقيام بمثل هذه الاكتشافات.

لكن بالنسبة للآخرين، فإن هذه النزعات المكبوتة ليست مسيطِرة، وعندما يدركونها، فإنهم يدخلون في صراع مع المشاعر المعاكسة، ويصبح لديهم فرصة كبيرة لخسارة الصراع التالي. إن *الوعي* هو *حالة* تجعل الصراع أكثر حدة، لكنه في نفس الوقت لا "يفكك" النزعات السابقة المكبوتة ببساطة بمجرد إدراكها.

(5) ثمة مقاربة خامسة وهي أن يدع المرء مشاعره وأفكاره تتركز حول أهداف الحياة، مثل التغلب على الجشع، والكراهية، والأوهام، والمخاوف، والتملك، والنرجسية، والتدميرية، والسادية، والمازوشية، والكذب، والافتقار إلى المصداقية، والاستلاب، واللامبالاة، ومجامعة

الموتى، والتسلط الذكوري الأبوي أو الخضوع الأنثوي الموازي، وتحقيق الاستقلالية، والقدرة على التفكير النقدي، والقدرة على العطاء والحب.

تتألف هذه المقاربة من محاولة كشف لوجود العقل اللاواعي لأي من هذه السمات "السيئة"، وذلك بحسب الطريقة التي تتم بها عقلنتها، وكيف أنها تشكل جزءاً من البنية الكاملة لشخصية الفرد، وظروف تطورها. غالباً ما يكون هذا الإجراء مؤلماً للغاية، بل ويثير الكثير من القلق. إنه يتطلب أن نصبح مدركين لاستقلاليتنا عندما نقتنع بأننا نحب وأننا مخلصون. وأن ندرك نرجسيتنا عندما نقتنع بأننا سنكون فقط طيبين ونقدم المساعدة للآخرين. وندرك ساديتنا عندما نقتنع بأننا نريد أن نعمل للآخرين فقط ما هو خير لهم. كما نكتشف نزعتنا التدميرية عندما نقتنع بأن مفهومنا للعدالة هو ما يحتاج إلى العقاب. وندرك جبننا عندما نقتنع بأننا متبصرون و"واقعيون". وندرك عنجهيتنا فقط عندما نقتنع بأننا نسلك سلوكاً متواضعاً للغاية. وندرك خوفنا من الحرية عندما نقتنع بأن دافعنا ليس الرغبة بأذية الآخرين. ونصبح مدركين لعدم وفاءنا فقط عندما نقتنع بأننا لم نقصد أن نكون فظين. ونكتشف بأننا غدارون عندما نقتنع بأننا موضوعيون بالتحديد. باختصار، وكما قال غوته: فقط إذا كان بمقدورنا "تخيل أنفسنا على أننا العقل المدبر لأي جريمة يمكن تخيلها" ـ وأنا أعني ذلك تحديداً ـ فهل سيكون باستطاعتنا أن نكون متأكدين بشكل عقلاني وبإنصاف من أننا نُسقط قناعنا، وأننا في طريقنا لأن نصبح مدركين لماهية أنفسنا؟

في هذه اللحظة، وعندما يكتشف المرء البنية النرجسية للصداقة بالنسبة له، أو العنصر السادي لتقديمه العون للآخرين، ربما ستكون صدمة الإنسان عندئذٍ مكثّفة، حتى أنه سيشعر للحظة أو ليوم كامل أنه مخلوق عديم الجدوى، ولا يستحق أن يوصف بكلمة طيبة. لكن إذا لم يسمح المرء لنفسه

بأن تنهار أمام هذه الصدمة، ويتابع تحليل نفسه، فلربما سيكتشف أن الصدمة كبيرة ـ وذلك بسبب التوقعات النرجسية للمرء عن نفسه ـ إلى الحد الذي سيقاوم معه إجراء المزيد من التحليلات، وأن الجهود السلبية التي اكتشفها المرء ليست، في نهاية الأمر، هي فقط القوى المحركة له. وفي الأوقات التي تصبح فيها هذه الحالة حقيقية، فإن الإنسان غالباً ما سوف يخضع لـ "مقاومته" ولن يستمر بالتحليل.

* * *

بما أن القدرة على الرؤية، والتي أشرت إليها سابقاً بالحديث عن الإدراك، ليست قابلة للقسمة، فإن التحليل النفسي الذاتي أيضاً يجب أن يصبح معنياً بإدراك الحقيقة في الأشخاص الآخرين، وكذلك في الحياة الاجتماعية والسياسية. وفي الحقيقة، إن معرفة الآخرين غالباً ما تسبق معرفة الذات. فالطفل في مرحلة مبكرة من العمر يراقب الراشدين، ويشعر بصورة غامضة بالحقيقة الكامنة وراء ما هو ظاهر، ويصبح مدركاً للشخصية الحقيقية وراء الشخصية الظاهرة. ونحن كأشخاص راشدين، غالباً ما نراقب النوازع اللاواعية في الآخرين قبل أن نتعلم مراقبتها في أنفسنا. لكن علينا أن ندرك هذه الجوانب المخفية في الآخرين، لأن ما يجري داخل ذواتنا ليس فقط داخل سيكولوجيتنا، وهكذا نفهمه بدراسة فقط ما يجري داخل الجدران الأربعة لشخصيتنا، لكنه شيء داخل الشخصية، إذا أمكننا قول ذلك. إنه عبارة عن شبكة من العلاقات بين "نفسي" و"الآخرين"، بإمكاني أن أرى "نفسي" بشكل كامل، فقط بالقدر الذي أرى فيه نفسي من خلال علاقاتي مع الآخرين، وكذلك من خلال علاقاتهم معي.

ليس من الصعب على الفرد أن يرى نفسه دون أوهام، لو أنه لم يكن معرّضاً بصورة دائمة لغسيل دماغه وحرمانه من مَلَكة التفكير النقدي. إنه

يُجبر على التفكير والإحساس بأشياء لم يكن سيفكر أو يحس بها لو لم يكن المجمتع والمحيطين به يقدمها له، ويزين له أساليب تكييفها. وما لم يكن بمقدوره رؤية المعنى الحقيقي وراء الكلام المتكرر، والحقيقة وراء الأوهام، فإن لن يكون قادراً على إدراك نفسه كما هي، وسيدرك فقط نفسه كما يُراد له أن يكون.

ما الذي يمكنني معرفته عن نفسي ما دمت لا أعرف أن النفس التي أعرفها بشكل كبير هي عبارة عن منتج اصطناعي، وأن معظم الناس ـ بما فيهم نفسي ـ يكذبون دون أن يعرفوا أنهم يفعلون ذلك، وأن "الدفاع" يعني "الحرب" وأن "الواجب" يعني "الخضوع"، وأن "الفضيلة" تعني "الطاعة" وأن "الخطيئة" تعني "التمرد"، وأن الفكرة القائلة بأن الأهل يحبون أولادهم دون تفرقة هي عبارة عن أسطورة، وأن الشهرة نادراً ما تُبنى على الصفات الإنسانية المثيرة للإعجاب، كما أنها لا تبنى على أساس الإنجازات الحقيقية، وأن التاريخ هو سجل مشوه لأنه يُكتب بأقلام المنتصرين، وأن التواضع البالغ ليس بالضرورة برهاناً على عدم الغرور، وأن الحب هو عكس التوق والطمع، وأن كل شخص يحاول تبرير النوايا والأفعال الشريرة ويحاول إظهارها على أنها أفعال نبيلة وذات فائدة، وأن السعي إلى السلطة يعني إخفاء الحقيقة والعدالة والحب، وأن المجتمع الصناعي الحالي يرتكز حول مبدأ الأنانية والتملك والاستهلاك، وليس على مبادئ الحب واحترام الحياة، كما يعظ عادة. وإذا لم أكن قادراً على تحليل الجانب اللا واعي من المجتمع الذي أعيش فيه، فلا يمكنني معرفة من أنا، لأني لا أعرف أي جزء مني ليس مني.

* * *

سأقدم في الفقرات التالية ملاحظات عامة حول أساليب التحليل النفسي.

إنه لمن الأساسي أن يتم القيام بالتحليل النفسي بشكل دوري، تماماً مثل التأمل والتركيز، و"ليس عندما يكون لدى المرء المزاج لفعل ذلك". ومن يقول أنْ ليس لديه الوقت الكافي للقيام بذلك، فهو يقول بكل بساطة إنه لا يجده أمراً ضرورياً. حتى إن لم يكن لدى المرء الوقت الكافي، فبإمكانه إيجاد الوقت له. ومن الواضح أن هذا الأمر يتعلق بالأهمية التي يوليها المرء للتحليل النفسي الذاتي، لذلك فمن العبث شرح كيفية وأهمية تخصيص الوقت للتحليل النفسي. وهنا أضيف الملاحظة التالية: ليس من الواجب أن يصبح التحليل النفسي إحدى الشعائر المقدسة التي لا يمكن التقاعس عنها. إذ هنالك، بالتأكيد، أوقات يصبح من المستحيل عملياً القيام به. فالتحليل النفسي أمر لا يجب أن يكون إجبارياً. وبالإجمال، فإن عملية التحليل النفسي يجب ألا تكون جهداً قسرياً، يتم تأديته في مزاج عكر على أنه واجب، لكنها في ذات الوقت أمر ضروري للوصول إلى الهدف المحدد. وبمعزل تام عن النتيجة، فإن العملية بحد ذاتها يجب أن تكون تحررية، وبالتالي مبهجة، على الرغم من امتزاجها أحياناً مع بعض المعاناة، والألم، والقلق وخيبات الأمل.

وبالنسبة لمن ليس عنده شغف بتسلق الجبل، لا بد أن يرى الصعود (فعل التسلق) مجرد إرهاق وتعب. ويظن البعض (وهذا ما سمعته أيضاً في تأويلات التحليل النفسي لتسلق الجبال) أن المنحرفين جنسياً فقط يختارون عن طيب خاطر أن يخضعوا لمثل هذا الألم. إن متسلق الجبال لا ينكر أنه يشعر بالإجهاد أو الإرهاق، لكن هذا الشعور هو جزء من البهجة التي يحصل عليها، وهو لا يريد أن يفقد هذا الشعور بأي شكل من الأشكال. وفي هذه الحالة فإن"الجهد" لا يعني "الجهد"، و"الألم" لا يعني

"الألم". إن آلام الجهد هنا مختلفة تماماً عن آلام المرض. وما يهم هو السياق بأكمله الذي يُبذل فيه الجهد، ويُحسّ من خلاله بالألم، وما الذي يمنح هذا السياق قيمته المحددة. هذه النقطة بالتحديد صعبة على الاستيعاب، لأن في تقاليدنا الغربية إن الواجب والفضيلة يعتبران مراقبين قاسيين. بل إن أفضل دليل على صواب تصرفات المرء هو كون ما يقوم به بغيضاً. وكذلك فإن الدليل على عدم صواب تصرفات المرء، هو شغفه بما يفعله. إن التقاليد الشرقية مختلفة في هذا المجال بالمطلق، وهي أكثر تطوراً.

إن التحليل النفسي الذاتي يتجاوز التناقض بين الانضباط الجامد المتزمت، والارتياح الكسول المتراخي. إنه يهدف إلى حالة من الانسجام، وهو في الوقت نفسه بنيوي، نظامي (بالمعنى الاستقلالي)، حيوي، مرح ويتمتع بالمرونة.

في التحليل النفسي الذاتي وفي التحليل النفسي المزدوج، هنالك صعوبة واحدة يجب أن نكون مدركين لها منذ البداية، إنها تأثيرات التعابير اللفظية.

وإذا افترضنا أنني استيقظت صباحاً ورأيت سماء زرقاء وشمساً مشعة، فإنني أدرك تماماً أن المشهد يجعلني سعيداً وأكثر حيوية، لكن التجربة هي عبارة عن تجربة وعي بالسماء وباستجابتي لها، ولا تخطر على بالي كلمات مثل: "إنه يوم مشمس جميل". فحين تتشكل هذه الكلمات، وأبدأ بالتفكير بالمشهد عبر هذه الكلمات، تضيع كثافة التجربة بشكل أو بآخر. في حين عندما، في حالة أخرى، أذكر أغنية تعبر عن الفرح، أو لوحة تعبر عن نفس المزاج، فلا شيء من التجربة يضيع.

إن الحد الفاصل بين إدراك الشعور، والتعبير عنه بالكلمات، هو حد شديد الانسياب. هنالك تجربة تخلو تماماً من التعابير اللفظية، وبجوارها

توجد تجربة أخرى تظهر فيها الكلمة مثل وعاء "يحتوي" على الشعور، ولكنه في الوقت نفسه لا يحتويه، فالشعور يتدفق باستمرار، وسيفيض من الوعاء. إن الكلمة، أي "الوعاء"، هي أكثر شبهاً بنغمة موسيقية في السلم الموسيقي، وهي رمز للنغمة، لكنها ليست النغمة ذاتها. وقد يكون الشعور أكثر ارتباطاً بالكلمة، لكن طالما أن الكلمة لا تزال "كلمة حية" فإنها تسبب أذى أقل للشعور. لكن ستأتي مرحلة تصبح فيها الكلمة منفصلة عن الشعور، وهذا يعني أنها ستنفصل أيضاً عن الشخص المتحدث، وعند هذه النقطة بالتحديد تفقد الكلمة حقيقتها، باستثناء أنها تصبح توليفة لمجموعة من الأصوات.

يختبر عديد من الأشخاص هذا التغيير، فقد يمر أحدهم بتجربة قوية، أو جميلة، أو حتى مخيفة. وبعد يوم على التجربة، يشرع الشخص في استحضارها مرة ثانية، ويحاول أن يعبر عنها بالكلمات، فيقول جملة تصف شعوره بدقة، لكن في هذه اللحظة بالذات تبدو الجملة غريبة بالنسبة له، فهو يشعر بالتجربة داخل عقله بالكامل، لكن الكلام غير مرتبط بما شعر به عندما حدثت التجربة[43]. وعند حدوث هذا، على المرء أن يدرك أن هنالك خطأً ما، وأن كلامه قد أصبح لغواً لا معنى له، أكثر من كونه وعياً بالحقيقة الداخلية، ويجب أن يبدأ بتحليل المقاومة اللاواعية التي تحثه على عقلنة المشاعر. ويمكن معاملة هذه المشاعر مثل بقية المشاعر الدخيلة.

يجب القيام بالتحليل النفسي الذاتي لمدة ثلاثين دقيقة كل صباح على أقل تقدير، ويفضل أن يُجرى في المكان نفسه والزمان نفسه. كما يجب تجنب المؤثرات الخارجية ما أمكن. ويمكن القيام به أثناء المشي، على

---

43 إن هذه العملية تنسجم مع أخرى ذكرت في مصطلحات هيجيلان وماندان كواحدة من العمليات "الظاهرانية"، طالما أن الكلمة لا تزال مرتبطة بالشعور، وتقود إلى الاستلاب، عندما تصبح الكلمة مستقلة من الشعور.

الرغم من أن الشوارع في المدن الكبرى تسبب الضيق، لكن التحليل النفسي الذاتي، وتحديداً "تمارين" الإدراك والتنفس، يمكن القيام بها في أي وقت، شريطة ألا يكون المرء مشغولاً أثناء ذلك بأمر آخر. وإننا نمضي أوقاتاً كثيرة في قاعات الانتظار، أو أوقات أخرى "ليس لدينا فيها ما نفعله"، مثل الوقت الذي نمضيه أثناء سفرنا في القطار أو الطائرة. نستطيع أن نستخدم هذه المناسبات لأحد أشكال الذكاء العقلي، حيث نفعل ما هو أكثر من مجرد قراءة مجلة، أو الثرثرة مع أحد ما، أو الدخول في أحلام اليقظة. وحالما يعتاد المرء على القيام بتمارين التركيز والإدراك والتنفس، فإنه يصبح أكثر سعادة بالمواقف التي لا يكون لديه ما يفعله أثناءها، إذ أنها تُغني وقته وتسعده.

من المدهش ندرة الحديث عن التحليل النفسي الذاتي في أدب التحليل النفسي، إذ يتوقع المرء أن فرويد في تحليله النفسي الذاتي، والذي يذكره شخصياً في تفسير أحلامه، قد اقترح على الآخرين التجريب في هذا المجال. وربما يعود تفسير عدم حدوث هذا الأمر إلى أن صورة فرويد أصبحت مقدسة، إلى حد أصبح فيه من الطبيعي أن لا يقوم أحد بإخضاعه للتحليل النفسي.، لكن كان لا بد له من أن يعزو "حركته التنويرية" إليه شخصياً فقط، وهنا الحال يختلف عن الأشخاص العاديين الذين لم يكن بإمكانهم البقاء دون وجود "مبدع"، وكان على فرويد شخصياً - أو مريديه الذين يتحدثون باسمه - أن يعلمهم. ومهما تكن الأسباب الداعية لعدم وجود من احتذا بحذو فرويد، فقد كانت فقط، بحدود علمي، كارن هورني[44] هي من اقترح التحليل النفسي الذاتي ليكون إمكانية حقيقية.

---

44 ك. هورني، التحليل النفسي الذاتي (New York: W. W. Norton, 1942)

وفي هذه الحالة فهي تقول أنها تتعامل بشكل رئيسي مع مشكلة نفسية حادة وعلاجها، وأن النقطة الأساسية في هذا المحتوى هي توصيتها المتحمسة للتحليل النفسي الذاتي، على الرغم من أنها ترى الصعوبات بكل وضوح.

يكمن السبب الرئيسي لحقيقة تجاهل التحليل النفسي الذاتي كإمكانية علاجية دوائية، على الأغلب، في المفاهيم البيروقراطية التقليدية التي يتبناها معظم المحللين حول دورهم وحول دور "المريض". وفي الطب العام فإن الشخص السقيم يتحول إلى "حالة مريضة"، ويتعزز الاعتقاد بأنه يحتاج إلى مختص ليُشفى[45]. إذ ليس من المفترض أن يُشفي الإنسان نفسه بنفسه، ويعني هذا انهيار الاختلاف البيروقراطي المقدس بين المعالِج المحترف، والمريض غير المهني. وهذا الموقف البيروقراطي يسبب أيضاً الكثير من الضرر، أثناء عملية "التحليل النفسي الدوري"، حيث يجب أن يصبح المحلل النفسي مريضاً هو أيضاً إذا رغب أن يفهم "المريض" بإخلاص، وينسى أنه يجب أن يكون هو "المعافى" و"الطبيعي" و"العقلاني".

من المحتمل أن يكون السبب الرئيس وراء عدم شعبية التحليل النفسي هي الفكرة القائلة بصعوبته البالغة. ففي التحليل النفسي المزدوج، يكون بمقدور المحلل أن يشد انتباه الآخر إلى عقلانيته، ومقاومته ونرجسيته. أما في حالة التحليل النفسي الذاتي فإن المرء يكون عرضة لخطر الدوران في حلقات مفرغة، حيث يستسلم إلى مقاومته الشخصية وإلى عقله، لكن دون إدراكه أنه يفعل ذلك. والحق، أنه لا يمكن إنكار أن التحليل النفسي

---

45 قارن: نقد إيفان ليتش لهذه الحالة في النقمة الطبية: مصادرة الصحة (New York: Pantheon, 1976)

الذاتي هو أمر صعب، لكن كذلك هو الحال مع بقية أساليب رعاية الصحة النفسية. ولم يقم أحد من قبل بالتعبير عن هذه الصعوبة بأسلوب أكثر اختصاراً مما فعله اسبينوزا في نهاية كتابه الأخلاق: (الكتاب الخامس): "حتى إذا كانت الطريق التي تقودنا هنا، وكما شرحتُ من قبل، تبدو عسيرة، إلا أنها لا تزال ممكنة التواجد. لا بد أنها طريق عسيرة حقاً إذ نادراً ما تُكتشف، إذا كان الخلاص جاهزاً للتسليم ويمكن اكتشافه دون بذل جهد كبير، فكيف يصبح من المحتمل للغالبية العظمى من الناس أن تتجاهله بعد ذلك؟ لكن صعوبة كافة الأشياء النبيلة في الحياة تقدر بمقدار ندرتها[4]".

وقد تكون الصعوبات محبطة إذا كان السؤال المطروح هو: "هل سنصل إلى الهدف المنشود"؟. لكن إذا لم يكن المرء تواقاً إلى الكمال، كما سبق لنا ذكره، وإن لم يكن المرء مهتماً بنهاية الطريق التي سيصلها، بل إن ما يهمه هو فعل المشي في الاتجاه الصحيح، فإن الصعوبات لن تظهر مهولة، والأمر الأكثر أهمية هو ما سينتج عن التحليل النفسي من زيادة في الصفاء الداخلي واللياقة الصحية، وعلى الرغم من كافة الصعوبات التي تعترض طريقه فإن المرء لا يريد أن يفقد النتائج المتأتية عن التحليل النفسي.

* * *

بعد توصيتي بالتحليل النفسي الذاتي كوسيلة مثمرة في البحث عن التحرر الذاتي، أريد أن أضيف أن هذه التوصية لا تتضمن أنها خطوة

---

4 مقتبس من إ. فروم، في Man for Himself: An Inquiry into the Psychology of Ethics (New York: Rinehart and Co., 1947).

ضرورية يجب على كل مرء أن يتخذها. إنها خطوة تعجبني وقد أوصيت بها إلى الآخرين الذين يجنون فائدة منها. هنالك الكثيرون ممن يستخدمون أساليب أخرى مفيدة جداً في مجال التركيز، السكون والإدراك. ومن الأمثلة القوية بابلو كاسالز الذي كان يبدأ يومياً بعزف إحدى مقطوعات باخ غير المكتملة. من يمكنه التشكيك بأن هذه كانت طريقة بديلة لتحرير الذات بالنسبة له؟

وكذلك، عندما يتعلق الأمر بأسلوب التحليل الذاتي النفسي، فأنا أخشى حدوث سوء فهم بيني وبين القارئ. فقد يُصار إلى إساءة فهم الإجراء الذي وصفته على أنه حالة بحث أخلاقي يومية عن الوعي، والذي يجب أن يكون أساساً لتطور أخلاقي مستمر وحياة فاضلة. وإذا كان الانتقاد الذي يوجهه القارئ إلي هو اعتراضي على النسبوية الأخلاقية وعلى فوضوية الحرية وعلى القيمة العليا بـ "قيام كل امرئ بعمله الخاص" بمعزل عما يستحقه، فأنا مذنب بالتهم الموجهة. لكني، في ذات الوقت، أرفض الاعتراف بذنبي إذا ما كان الانتقاد الموجه إلي هو اهتمامي، وبلهفة ملحوظة، ببحث الإنسان المباشر عن الفضيلة، ورعبه من الخطيئة، وأني لا أقدّر حقيقة أن الخطيئة بحد ذاتها غالباً ما تكون الأساس الحقيقي للتطور.

ولكي أوضح هذه النقطة، يجب ألا ننسى أن المكان الرئيسي، حيث ذُكرت فكرة العيش كنهج وليس كتسلسل لمراحل ثابتة، هو التحليل النفسي الذاتي. وفي الخطيئة قد يتحقق أصل الحركة المتصاعدة، كما أنه قد توجد بذرة الفساد في الفضيلة. وكما يقول مبدأ الغموض: "الانحدار بقصد الارتقاء"، ليس ارتكاب الخطيئة مؤذياً بحد ذاته، لكن الركود والركون إلى ما أنجزه المرء هو كذلك.

ولا يزال هنالك احتمال بوجود سوء تفاهم بيني وبين القراء، وهذا ما أريد توضيحه. فقد يبدو التحليل الذاتي النفسي يزيد من نزعة انشغال المرء بذاته، أي أنه يعزز الهدف المعاكس وهو التخلص من قيد الغرور لدى الإنسان، وقد تكون هذه حقاً النتيجة، لكنها تأتي فقط جراء التحليل الذاتي الفاشل. قد يصبح التحليل النفسي الذاتي نوعاً من شعائر التطهّر، وليس هذا لأن المرء منغمس تماماً في الأنا العليا، ولكن بسبب رغبة المرء بتحرير ذاته من أنانيتها، بأن يقوم بتحليل الجذور الدفينة لهذه الأنانية. يصبح التحليل النفسي الذاتي ممارسة يومية تساعد المرء على الحد من اهتمامه بذاته لبقية اليوم. وأخيراً، فإنه، أي المرء، يفقد حاجته إلى القيام بالتحليل النفسي الذاتي، عندما لا تتواجد معوّقات أمام كينونته المكتملة، أما أنا فلا أستطيع التحدث عن هذه الحالة إذ أني لم أصل إليها.

في نهاية حديثنا عن التحليل النفسي، أعتقد بضرورة وجود كفاءة أخرى إضافية، والتي تعتبر حقيقة أساسية لكل المعرفة المنطقية السيكولوجية. فإذا بدأ المرء بفهم سيكولوجي *لشخصه*، فإنه مهتم بجوهره (suchness)، *وبفرديته* الكاملة. وما لم يكن لدى المرء صورة واضحة عن فرديته بكافة تفاصيلها، فلن يمكنه البدء بفهم شخصه. وإذا تحول اهتمام المرء بشخصه من مستويات أكثر سطحية إلى مستويات أكثر عمقاً، فإنه سيتحول حتماً مما هو شخصي إلى ما هو كلّي. ليس هذا "الكلّي" فكرة مجردة، أو حدوداً كونية مثل الطبيعة الغريزية للإنسان، بل هو جوهر الوجود الإنساني الحقيقي، إنه "الحالة الإنسانية"، والمتطلبات الناتجة عنها، وهو الإجابات المختلفة على هذه المتطلبات. إنه مضمون الوعي المشترك لدى الناس كافة، بسبب هوية الحالة الوجودية للبشر جميعاً، وليس بسبب إرث عرقي محدود كما اعتقد يونغ. ويختبر المرء بعد ذلك

ذاته، وذات أخيه الإنسان، كأشكال مختلفة لمفهوم "الإنسان"، وربما يختبر أيضاً الإنسان كأشكال مختلفة لمفهوم الحياة. إن الأمر الهام هنا هو ماهية ما يتشارك الناس جميعاً به، وليس ماهية ما يختلفون فيه. وأثناء عملية التوغل المطلق داخل وعي الإنسان، نكتشف أننا مختلفون بشكل كبير في الجوانب الكمية، لكننا متشابهون في قيمة مساعينا. إن استكشاف اللاوعي في العمق هو طريقة لاكتشاف الإنسانية في داخلنا وداخل البشر الآخرين، إن هذا الاكتشاف ليس من بنات إحدى الأفكار النظرية، بل هو نتيجة للتجربة الفعالة.

لكن التأكيد على الذات داخل الإنسان لا يجب أن يظهر بأسلوب غير جدلي، يُفضي إلى نكران حقيقة أن الإنسان هو أيضاً فرد، وأن كل شخص هو في الحقيقة فرد فريد وليس له شبيه في العالم (باستثناء التوائم الحقيقية). إنه التفكير المتناقض المحتوي على كثير من المنطق الشرقي، كما أنه هو التفكير الوحيد الذي يسمح بالتعبير عن الحقيقة الكاملة القائلة بـ: الإنسان فرد فريد ـ إن فردية الإنسان مزيفة وغير حقيقية. الإنسان هو "هذا وذاك"، والإنسان هو "لا هذا ولا ذاك". إن الحقيقة المتناقضة هي كلما اختبرتُ الفردية الفريدة لذاتي أو للآخر بعمق، كلما وضحت رؤيتي عبر ذاتي وذات الآخر لحقيقة الإنسان الكلي، وبتحرره من كافة الصفات الفردية، فإن إنسان "زن البوذية" لا مرتبة له ولا لقب".

تقودنا هذه الاعتبارات إلى مشكلة القيمة ومخاطر الفردانية، وأيضاً دراسة السيكولوجية للفرد. إنه لمن الواضح تماماً، في الوقت الحالي، أن الشخصية الفردية والفردانية يحصدان أكبر تقدير، وإشادة واسعة بوصفهما قيماً وأهدافاً ثقافية وشخصية. لكن قيمة الشخصية الفردية شديدة

الغموض، تحتوي على عوامل التحرر من البنية السلطوية التي تمنع التطور المستقل للشخص. إذا ساعدت معرفة الذات عِلى إدارك نفس المرء *الحقيقية* وعلى تطويرها، أكثر من إقحام نفس "دخيلة" تفرضها السلطات، فهي في هذه الحالة ذات قيمة إنسانية عالية. والحقيقة أن أهمية المظهر الإيجابي لمعرفة الذات وعلم النفس مؤكدة إلى الحد الذي لا تحتاجان معه إلى الإشادة والمديح.

لكن من الضروري بمكان ذكر أمر يتعلق بالجانب السلبي للفردانية، وعلاقتها بعلم النفس. أحد الأسباب هو: كلما تضاءل حضور الفردية في الواقع، يزداد تمجيدها بالكلمات. إن العادات الافتراضية للصناعة والتلفاز تبجل فردية الأشخاص الذين يُتلاعَب بهم: هناك يوجد اسم صرّاف البنك على نافذته، والأحرف الأولى على الحقيبة. إضافة إلى ذلك يتم التأكيد على فردية السلع: إن الفروقات المزعومة بين السيارات، السجائر، معاجين الأسنان والتي هي متشابهة بالأساس (في نفس فئة الأسعار)، تخدم هدف خلق الوهم بأن الفرد الرجل أو المرأة يختار الأشياء الشخصية بحرية كاملة. هنالك وعي بسيط بأن الفردية، وفي أحسن أحوالها، عبارة عن فروقات غير ذات أهمية لمواصفات السلع ذاتها، إذ فقد كل من البشر والسلع فرديتهما في مواصفاتهما الأساسية.

لقد حظيت الفردية الواضحة بتقدير عالٍ بصفتها إحدى الممتلكات القيّمة، إذ حتى وإن لم يمتلك الشخص المالَ، إلا أنه يمتلك شخصيته الفردية. وعلى الرغم من *أنه* ليس فرداً، إلا أنه *يمتلك* الكثير من الشخصية الفردية، وهو تواق وفخور بالحصول عليها. وبما أن هذه الفردانية هي إحدى الفروقات البسيطة، فإنه يضفي على الفروقات الصغيرة التافهة مواصفات هامة وذات مغزى عميق.

لقد روّج علم النفس الحديث لهذا الاهتمام بـ "الفردية"، بل وأرضى هذا الاهتمام. فالناس يفكرون بـ "مشكلاتهم"، ويتحدثون عن أدق التفاصيل من ذكريات طفولتهم، لكن كلامهم في الغالب هو مجرد ثرثرة مفخمة عن أنفسهم وعن الآخرين، حيث يستخدمون مصطلحات وأفكار سيكولوجية بدلاً من الثرثرة قديمة الطراز والأقل ثقافة.

ولدعم هذا الوهم حول *الفردية الشخصية من خلال الفروقات التافهة*، فإن لعلم النفس الحديث وظيفة أكثر أهمية، وهي تلقين الناس كيف يتوجب عليهم الرد تحت تأثير استخدام محفزات مختلفة، حيث يصبح المحلل النفسي وسيلة هامة للتلاعب بالآخرين وبنفسه على حد سواء. لقد خلقت المدرسة السلوكية علماً مستقلاً يعلم فن التلاعب، وكرّست الكثير من مؤسسات الأعمال هذه الظاهرة لصالح حالة التوظيف، إذ يقوم الموظفون المتقدمون إلى الوظيفة بالخضوع إلى اختبارات لتقييم الشخصية. وهنالك العديد من الكتب التي تعلّم الأفراد كيفية تحسين سلوكياتهم، وذلك بهدف التأثير على الآخرين بقيمة شخصيتهم، أو بقيمة السلع التي يبيعونها. ونظراً لفائدته في هذا المجال، فقد حقق أحد أقسام علم النفس الحديث أهمية كبرى في المجتمع الحديث.

وفي حين أن لهذا القسم من علم النفس فائدة على المستوى الاقتصادي، وبصفته أيديولوجية منتجة للوهم، فإنه مؤذٍ للبشر، لأنه ينزع إلى مضاعفة عزلتهم. كما أنه احتيالي عندما يدعي أنه مبني على أفكار "معرفة الذات"، قدم لها وعبر عنها التقليد الإنساني، وصولاً إلى فرويد.

إن المقابل لتعديل علم النفس هو التطرف، لأنه يعود إلى الجذور، وهو أمر أساسي للمعرفة بأن تكون الفكرة الواعية غالباً ما تكون عبارة عن نسيج من الأوهام والخديعة. وهي عبارة عن الخلاص، لأنها تأمل أن المعرفة

الحقة للمرء والآخرين تحرر الإنسان وتدعم كينونته المثلى. إنه لمن الضروري لأي شخص مهتم بالاستكشافات السيكولوجية أن يدرك بشكل كبير حقيقة أن الأشياء المشتركة بين هذين النوعين من علم النفس، هي أقل بكثير مما يوحي الاسم بذلك، وأن لكل منهما هدفاً معاكساً للآخر.

الفصل الخامس

14. ثقافة التملك

للعيش بعدان اثنان: الإنسان يتحرك ويفعل، ويُنتج ويخلق، وباختصار: إنه فاعل. لكن الإنسان لا يتصرف من الفراغ، ولا بدون جسده ولا في عالم روحاني، إذ يتوجب عليه التعامل مع *أشياء*. تشير تصرفاته إلى *أشياء* يقوم بنقلها أو خلقها، سواء كانت هذه الأشياء حيوية أم لا.

"الشيء" الأول الذي يجب عليه التعامل معه هو جسده الخاص، وفيما بعد، عليه التعامل مع أشياء إضافية: مع الخشب من أجل إشعال النار أو لبناء المأوى. ومع الفاكهة، والحيوانات، والحبوب للحصول على الطعام. ومع القطن والصوف للحصول على الملابس. ومع تطور الحضارة فإن عالم الأشياء التي كان على الإنسان التعامل معها تضاعف مراراً. وانضم إلى قائمة الأشياء الأسلحة والمنازل والكتب والآلات والسفن والسيارات والطائرات، وعلى الإنسان التعامل مع كل ما سبق.

كيف يتعامل الإنسان مع الأشياء؟ إنه ينتجها، ويغيرها ويستخدمها ليجعل منها أشياء أخرى يستهلكها. إن الأشياء بحد ذاتها لا تقوم بأي فعل، إلا عندما يجعلها الإنسان على نحوٍ تنتج فيه بنفسها.

يختلف التناسب بين *الأشياء والأفعال* مع كل حضارة. وبالتناقض مع التنوع الكبير للأشياء المحيطة بالإنسان الحديث، فإن قبائل الصيادين البدائيين وجامعي الطعام، على سبيل المثال، تعاملوا مع أشياء قليلة قياساً لما يوجد حالياً: عدد قليل من الأدوات، عدد محدد من الشباك وأسلحة الصيد، بالكاد بعض الملابس، وقليل من المجوهرات والأواني، لكن دون مأوى محدد. لقد كان على الإنسان البدائي أن يتناول طعامه بسرعة حتى لا يفسد.

وفي مقابل عدد *الأشياء* التي يتعامل معها الإنسان (أو التي تحيط به بكل بساطة)، يأتي تقييم وزن *أعماله*. وبالطبع فإن الإنسان يشعر ويرى ويسمع، لأن نظامه الحيوي مبني بشكل متين بحيث أنه فعلياً لا يملك خياراً آخر. إنه يرى الحيوان الذي بإمكانه أن يقتله ليحصل على الطعام، وهو يسمع الأصوات التي تحذره من الخطر المحدق به. إن السمع والرؤية يحققان الهدف البيولوجي، وهو البقاء. لكن الإنسان لا يسمع فقط بهدف البقاء. إنه يسمع أيضاً كميزة "إضافية"، ومن منظور بيولوجي، لا يخدم ذلك أي هدف بيولوجي محدد، باستثناء الهدف العام لرفع طاقة الحياة، والصحة والحيوية. عندما يسمع الإنسان بهذه الطريقة غير الهادفة، فإننا نقول إنه *يستمع*. إنه يستمع إلى أصوات الطيور ونقر قطرات المطر وإلى النغمة الدافئة للصوت البشري، وإلى إيقاع الطبول المثير، وإلى ألحان الأغاني، وإلى معزوفة لباخ. لقد أصبح السمع ما وراء بيولوجي مؤنسن، فعال، خلاّق، "حر" أكثر من مجرد استجابة بيولوجية ضرورية.

والأمر نفسه ينطبق على النظر حين ننظر إلى التحف الجميلة لأقدم الأواني الطينية، حركة البشر والحيوانات في رسمٍ عمره 30,000 سنة على جدران كهف قديم، الإشراق الذي يعلو وجوه المحبين، والرعب الناجم

عن الدمار الذي فعلته يد الإنسان. وقد قمنا بتحويل دوافعنا الداخلية من فعل بيولوجي ضروري إلى عالم من الحرية، ومن وجود "الحيوان" إلى "الإنسان". تنطبق هذه الحقيقة على حواسنا الأخرى: التذوق، واللمس، والشم. إذا كنت أحتاج لتناول الطعام لأن جسدي يحتاج إلى الطعام فإن العارض المعتاد لهذه الحاجة هو *الجوع*. وإذا أراد المرء أن يأكل لأنه يستمتع بتناول الطعام اللذيذ، فإنه يتحدث، من دون شك، عن الشهية. إن الطعام المتقن منتج جراء تطور الحضارة كما هي الموسيقى والفنون، والأمر لا يختلف عندما يتعلق بالشم. (ومن وجهة نظر علم النشوء فإن الشم هو إحدى الحواس البدائية لتكيف الحيوانات تماماً كما هو النظر عند الإنسان). إن الفرح عند شم روائح شهية، مثل رائحة العطور مثلاً، هو اكتشاف إنساني قديم، وهو يقع ضمن نطاق الترفيه وليس ضمن نطاق الحاجة البيولوجية. والفارق نفسه فيما يتعلق باللمس موجود دون شك وإن كان أقل وضوحاً. أعتقد أني لا أحتاج إلا لتذكير القارئ بما بين من الناس يلمسون الآخرين كما لو أنهم يلمسون قطعة من القماش ليتعرفوا على نوعيته، وبين أولئك الذين يلمسون بدفء وعاطفة.

الفارق بين الحاجة البيولوجية والحاجة الغريزية (وأحدهما يكمل الآخر)، من ناحية أولى، هو أن الحاجة البيولوجية هي تمرين للمشاعر خال من البهجة، ومن الناحية الأخرى يمكن للحاجة الغريزية أن تتحدد بوضوح في الفعل الجنسي الذي تتشارك فيه كافة الأحاسيس. قد يكون الجنس هو تعبير مهذب عن الحاجة البيولوجية - أي أنه مسيّر، ومقيّد، وغير متميز - وقد تكون وسيلة ترفيه حقيقية، وفعالة، ومبهجة، وحرة. والفارق الذي ألمح إليه هنا هو بين نوعين من الأفعال: فعل سلبي ومسيّر، وآخر خلّاق ومنتج وفعال. وستتم مناقشة هذا الفارق بينهما بشكل مطول لاحقاً.

عند هذه النقطة أريد التأكيد أنه بينما يكون نطاق *الأشياء* أصغر بشكل لا يقارن بالنسبة للصياد البدائي أكثر مما هو بالنسبة للإنسان السبراني(cybernetic)، فإن قطاع *الأفعال البشرية* لا يعرض مثل هذا التناقض. وفي الحقيقة، توجد أسباب جيدة لافتراض أن الإنسان البدائي *فعل* أكثر وكان *أكثر فعالية* من الإنسان في المجتمع الصناعي. وهنا دعونا نلقي نظرة سريعة على أحواله.

بداية قام الإنسان البدائي بنفسه بكل عمل وجب عليه فعله، إذ لم يكن لديه عبيد يعملون عنده، ولم تكن النساء تنتمي إلى الطبقة المستغلّة، لم يكن لديه آلات ولا حتى حيوانات تقوم بالعمل عوضاً عنه. اعتمد على نفسه بالكامل، وليس على أحد سواه، عندما كان الأمر يتعلق بالنشاطات الفيزيولوجية. وفيما يتعلق بالتفكير والملاحظة والتخيل والرسم والتنبؤ الفلسفي والديني، فإن إنسان ما قبل التاريخ كان متأخراً كثيراً عن الإنسان في عصر الآلة. ويبدو هذا الفرق صحيحاً لأننا متأثرون بفكرة أن التعليم المتزايد متناسب مع الأنشطة الفكرية والفنية المتزايدة. لكن هذا الأمر ليس صحيحاً بالمطلق، وهكذا فإن ثقافتنا لا توصل إلى التفكير المتطور أو تطوير المخيلة النشطة[46].

يفكر الإنسان العادي في يومنا هذا في نفسه بأقل قدر ممكن، وهو يتذكر البيانات كما قدمتها له المدرسة، والإعلام الجماهيري، وهو عملياً لم يحصّل أي معرفة عن طريق الملاحظة والتفكير، كذلك لا يتطلب استخدامه للأشياء الكثير من الفكر أو المهارة. ثمة فقط نمط واحد من الآلات التي لا

---

46 قارن: النقد الراديكالي لنظام المدرسة، تأليف آي. ليتش، *مجتمع غير متعلم* (New York: Harper and Row, 1970)

تحتاج إلى مهارة أو جهد على الإطلاق، مثل الهاتف، ونمط آخر من الآلات هو السيارة والتي تحتاج إلى بعض التعلم التمهيدي، وبعد مدة عندما تصبح عملية القيادة روتينية، فإنها لا تتطلب سوى قدر قليل من الجهد والمهارة. وكذلك لا يفكر الإنسان المعاصر ـ بمن فيهم جماعات المثقفين ـ كثيراً بالمشكلات الفلسفية أو الدينية ولا حتى السياسية. إنه عادة ما يتبنى إحدى العبارات المتكررة الكثيرة التي يطرحها عليه أحد المتحدثين باسم الدين أو السياسة، أو يقرأها في كتاب يتناول الدين أو السياسة (يطرحها عليه أحد المتحدثين أو الكتب الدينية أو السياسية)، لكن الاستنتاجات لا تصله نتيجة تفكيره الثاقب والنشط. إنه يختار العبارة التي تروقه وتعجب طبقته الاجتماعية.

إذا كان الإنسان البدائي يقف موقفاً مختلفاً تماماً، وبالمعنى الحديث لإمضاء وقت محدد في مؤسسة ثقافية، فإن ثقافته محدودة للغاية. وهو شخصياً مجبر على المراقبة والتعلم من ملاحظاته. إنه يراقب الطقس، وتصرفات الحيوانات، وتصرفات البشر الآخرين، إن حياته بأسرها تعتمد على اكتسابه لمهارات معينة، وهو يكتسب هذه المهارات عن طريق أفعاله وتصرفات، وليس في "20 درس مبسّط".

إن حياته عبارة عن عملية تعلم مستمرة. لقد رسم دبليو. إس. لوغلين صورة بارعة عن طيف واسع من الأنشطة العقلية للإنسان البدائي الصياد:

"هنالك إسهاب في التوثيق، وللأسف القليل من الدراسات المنهجية، لافتراض أن الإنسان البدائي كان واسع المعرفة في عالمه الطبيعي. إذ تضمنت معرفته كل ما يتعلق بعالم الحيوان الذي تراه العين المجردة، من الثدييات، والجرابيات، والزواحف، والطيور، والأسماك، والحشرات والنباتات. بالإضافة إلى معرفته بحركة المد والجزر، والظواهر الجوية

العامة، وعلم الفلك، بالإضافة إلى بعض المتابعات للعالم الطبيعي التي تم تطويرها في التمييز بين الأنواع مع الإشارة إلى تطور واتساع مجال معارفهم، ومجالات المعرفة التي كانوا يركزون عليها.. وسوف أشير هنا فقط إلى صلة هذه الثقافة بنظام سلوك الصيد وأهميته لتطور الإنسان.. الانسان ـ الصياد كان يتعلم سلوك الحيوان وتشريحه، بالإضافة إلى سلوكه الشخصي وتشريحه. لقد دجّن نفسه أولاً وبعد ذلك انتقل إلى الحيوانات الأخرى والنباتات. وبهذا المعنى فإن الصيد كان مدرسة للتعلم جعلت من النوع البشري ذاتي التعلم (دبليو. إس. لوغلين. 1968)

إن المثال الآخر على التقييم المشوّه لأنشطة الإنسان المعاصر العقلية هو فن القراءة والكتابة. يعتقد الإنسان المعاصر أن إتقان هذا الفن هو إشارة بما لا شك فيه على التطور. إن أعظم الجهود تبذل لمحو الأمية كما لو أنها علامة على مرض عقلي، إذ يُقاس تطور الأمة ـ وبمعزل عن عدد السيارات فيها ـ بنسبة الأشخاص الذين بمقدورهم القراءة والكتابة. إن هذه الآراء القيمية تتجاهل حقيقة أن الشعوب (الأمم) التي يقتصر عندها فن القراءة والكتابة على فئات صغيرة من الكهنة والعلماء (الطلاب) ـ أو ربما لا يتواجد عندها هذا الفن أصلاً ـ تمتلك ذاكرة استثنائية. والإنسان الحديث يفهم بصعوبة كيف أن نصوصاً كاملة مثل الفيدا، والنصوص البوذية، وكتب العهد القديم، والتقليد اليهودي الشفهي اللاحق والذي انتقل بأمانة من جيل إلى جيل، ولمئات من السنوات، قبل أن يتم تدوينه. وعلى النقيض من ذلك، فقد راقبت الناس ـ مثلاً: الفلاحون المكسيكيون ـ الذين حتى لو كان بمقدورهم القراءة والكتابة، لكنهم لا يقومون بذلك بشكل متواصل، إن الذاكرة هنا جيدة بصورة مميزة لأنهم لا يدونون الأشياء والمعلومات.

بمقدور أي كان القيام بمثل هذه الملاحظات بنفسه، وحالما يكتب شيئاً ما، فسوف يتوقف عن القيام بجهد، وهذا ما يتطلبه التذكر. لم يكن الإنسان بحاجة لتدوين البيانات في دماغه، لأنه قد قام بتخزينها في جهاز احتياطي: مخطوطات ورقية، أوراق، أو شرائط تسجيل. إنه يشعر بأنه لا يحتاج إلى التذكر، إذ يتم تخزين المحتوى بأمان في الملاحظات التي أبداها. وفي هذه الحالة فإن ملَكَة الذاكرة ستعاني من نقص الممارسة، واليوم بإمكان المرء ملاحظة رغبة الناس في تجنب التفكير النشط حتى لو كان بجرعات بسيطة جداً، ومثال هذا هو البائع الذي يقوم في متجر بإضافة الخانات الثلاثية إلى الجهاز بدلاً من القيام بنفسه بذلك.

ويمكن رؤية نفس مبدأ النشاط الأعظم الذي يقوم به الإنسان البدائي في الفن. إن الصياد البدائي وجامع الطعام قد قاموا منذ ما يقارب الـ 30,000 سنة خلت برسم المشاهد الأكثر استثنائية للحيوانات والإنسان، وقلة قليلة منها وصلتنامحفوظة بحالة جيدة في كهوف في الجنوب الفرنسي والشمال الإسباني. إن هذه الرسوم الجميلة هي متعة للعين، حتى إن كان المتفرج هو إنسان معاصر اعتاد على رسم أعظم أساتذة الفن في القرون الأخيرة. لكن حتى إذا أردنا أن نقول إن رسامي الكهوف عباقرة (يمكن أن نطلق عليهم لقب دافينشي ورامبرانت العصر الجليدي الحديث)، فلا يمكننا إطلاق التوصيف نفسه على الأواني الطينية والأدوات الأخرى، والتي يعود تأريخها إلى أقدم حقبة في عصور ما قبل التاريخ. وما أكثر ما قيل إن لرسومات الكهوف، ومثلها هذه الحلي، هدفاً سحرياً، مثل المساهمة في نجاح الصيد، ومحاربة الأرواح الشريرة، وقس على ذلك. لكن، وإن افترضنا أن هذا صحيح، مهما تكن أهداف رسمِها عملية، فلم يكن من المطلوب أن ترسم بهذا الجمال. بالإضافة إلى ذلك، إن تزيين الأواني

الطينية لم يكن إبداع مثل أولئك العباقرة الرسامين. ويثبت أسلوب كل مجموعة في التزيين ـ وغالباً ما تكون الاختلافات طفيفة ـ أن لهؤلاء الناس اهتمامات فنية جمالية فعالة.

لقد تحدثت، حتى الآن عن أكثر الحضارات "بدائية"، عن الصيادين البدائيين وجامعي الطعام، وما الذي يمكننا معرفته وتخمينه عن حضاراتهم، على الأقل منذ الظهور الكامل للإنسان العاقل منذ 40,000 إلى 50,000 سنة خلت؟ لقد صنعوا بعض الأشياء بأيديهم، لكنهم كانوا بالغي النشاط في تطبيق قدراتهم العقلية في مجالات التفكير والملاحظة والتخيل والرسم والنحت. وإذا أراد المرء وصف العلاقة بين "نطاق الشيء" قياساً إلى "نطاق الفعل" باستخدام مصطلحات نسبية، فبإمكانه القول إن النسبة بين أكثر الشعوب بدائية هي 1 (شيء) مقابل 100 (فعل)، بينما تتغير هذه النسبة لدى الشعوب المعاصرة لتصبح 100 (شيء) مقابل 1 (فعل)[47].

يعرض علينا التاريخ العديد من الاختلافات بين هذين النقيضين المتطرفين. كان المواطن اليوناني في فترة ازدهار الديمقراطية اليونانية بالتأكيد محاطاً بأشياء أكثر مما كان الصياد، ومع ذلك فقد كان مهتماً، وبكل نشاط، بشؤون الدولة. لقد تطور واستخدم عقله إلى درجة استثنائية، لقد كان منهمكاً على المستويين الفني والفلسفي. ماذا نريد أن نعرف أيضاً عن أمة أكثر من معرفتنا بالمسرحيات التي ألفها سوفوكليس وأسخيلوس والتي شكّلت الطبيعة الفنية لمواطني أثينا؟ وما الذي نقوله عن السلبية الجمالية والعاطفية لشخص معاصر من نيويورك، إذا ما حاولنا معرفة ما هي المسرحيات والأفلام التي تثيره وتحمسه؟

---

47 هذه الأرقام هي رمزية فقط للتعبير عن العلاقة الكمية بين نطاقي الشيء والفعل.

وكذلك هي الصورة التي نحاول رسمها عن حياة حرفي من العصور الوسطى، إنها مختلفة وفي الوقت نفسه مشابهة لما ذكرناه سابقاً. لقد أنجز عمله باهتمام وعناية، ولم يكن ضجراً مما يفعله. إنّ صنع طاولة كان خلاّقاً حقاً، بمعنى أن الطاولة كانت حصيلة جهوده وتجربته ومهاراته وذائقته. وقد قام وحيداً بفعل معظم ما توجب عليه فعله، كما كان مرتبطاً بشكل نشط مع مجموعة من النشاطات العامة، مثل: الغناء والرقص وخدمة الكنيسة. لقد كان الفلاح أسوأ من الناحية المادية: فهو لم يكن حراً، لكنه في الوقت نفسه لم يكن عبداً. لم يكن العمل في الحقول يمنح الرضا (وهنا أنا أتحدث بصورة خاصة عن الفترة التي سبقت تدهور مكانة الفلاح بشكل ملحوظ في القرن السادس عشر). لكنه، ومع ذلك، شارك في واستمتع بالحياة الثقافية الغنية المبنية على حضارة قومه. لم يكن الفلاح أو الحرفي يريان الآخرين يعملون ويبذلون الجهود أو يرفهون أنفسهم أو يعانون. ومهما يكن يملأ حيواتهم، إلا أنه كان نتيجة كبيرة لأفعالهم الخاصة وتجربتهم الشخصية. حتى في حالة الحرفي، والذي يعتبر أكثر تطوراً من الفلاح على المستوى الاجتماعي والمالي، لم يكن يملك الكثير باستثناء منزله وأدواته، وهو يكسب تماماً ما يناسبه ليعيش تبعاً للمعايير التقليدية للعيش ضمن طبقته الاجتماعية. كما لم يكن يرغب في الحصول على، أو استهلاك المزيد، إذ لم يكن هدفه الاستحواذ على الثروة، بل الاستخدام الفعال لملكاته الخاصة وسعادة الوصول إلى هدفه.

إن الإنسان المعاصر، في المجتمع السيبراني (cybernetic) محاطاً بكمية من *الأشياء* بعدد النجوم في السماء. ومن المؤكد أنه قام بإنتاج معظمها. لكن هل هو من فعل ذلك حقاً؟ إن العامل في مصنع ضخم لا ينتج شيئاً. من المؤكد أنه يشارك في إنتاج سيارة، أو ثلاجة كهربائية، أو معجون أسنان. لكن، بناءً على طبيعة العملية الصناعية الإنتاجية، فإنه يقوم ببضع

حركات نمطية، يضع فيها مجموعة من البراغي، أو المحرك، أو الباب. ولا يرى المنتج في حالته النهائية سوى العامل الذي يوجد في نهاية الخط الإنتاجي، أما الآخرون فيرون المنتج بحالته النهائية في الشوارع والأسواق فقط. إنهم يمتلكون ويحوزون على سيارة أرخص، وهم فقط يرون السيارة الثمينة يقودها الناس الأفضل. لكن لا يمكن قول إن ذلك العامل وحده قد قام بإنتاج سيارة إلاّ بالمعنى المجرد. ففي المقام الأول، قامت الآلات بإنتاج السيارة (وآلات أخرى قامت بإنتاج الآلات التي تنتج السيارة). إن العامل - بصفته أداة حية وليس بصفته إنساناً كاملاً - يقوم بدور في الإنتاج في أداء المهام التي لا يمكن أن تقوم بها الآلات (أو قد تكون باهظة التكاليف).

قد يدعي المهندس أو المصمم *أنهما هما* من قام بإنتاج السيارة، لكن من المؤكد أن هذا ليس صحيحاً. قد يكونان شاركا بحصتهما في الإنتاج، لكن ليس *هما* من أنتج السيارة. وفي نهاية المطاف، سيدعي التنفيذي أو المدير أنه هو من أنتج السيارة، فهو يعتقد ذلك لأنه أدار عملية الإنتاج بأكملها، فهو إذن من أنتج السيارة. لكن هذا الإدعاء هو أكثر التباساً من ادعاء المهندس. فنحن لا نعرف فيما إذا كان المهندس - بصفته الفيزيائية - ضرورياً حقاً لإنتاج السيارة. إن ادعاءه هذا مشكوك فيه تماماً كادعاء القائد العسكري الذي يصرّ على *أنه* فتح حصناً أو انتصر في معركة، بينما الحقيقة الواضحة هي أن جنوده هم من فتح الحصن وخاضوا المعركة بأنفسهم. هم تحركوا، وهاجموا، وجرحوا أو قتلوا، بينما هو قام بإعداد الخُطط وأشرف على تنفيذهم المنضبط للخطة. وفي بعض الأحيان فإن الفوز في المعركة يكون نتيجة لعدم كفاءة القائد المعادي مقارنة بالقائد الآخر، وهكذا فإن النصر يصبح حليفاً نتيجة أخطاء العدو. والمشكلة هنا هي أن الدور الإنتاجي للوظيفة الإدارية والتوجيهية، والتي لن أخوض فيها أكثر من التالي:

بالنسبة للمدير فإن السيارة تحولت من الظهور الفيزيائي لها بمغادرتها لخط التجميع لتصبح بضاعة، وهذا يعني أن السيارة بالنسبة إليه ليست اهتماماً رئيسياً بسبب قيمة استخدامها الحقيقية، لكن بسبب قيمة استخدامها الوهمية، والتي يتم تقديمها بالإعلانات التي تخدع عقل المشتري المتوقع بكافة أنواع البيانات غير المتعلقة بها، بدءاً من النساء المثيرات وصولاً إلى السيارات ذات المظهر "الذكوري". والسيارة بصفتها بضاعة هي، بمعنى ما، منتج المدير، الذي أصدر أوامره بأن تكون السيارة الحقيقية ذات مواصفات رابحة تجعلها ذات جاذبية خاصة عند البيع.

يمكن للإنسان المعاصر أن ينتج تأثيرات في العالم المادي أكثر مما كان بمقدور الإنسان القديم تحقيقه. لكن هذه التأثيرات غير متساوية بالمطلق مع الجهود الفيزيائية والذهنية التي تُستثمر فيها. إن قيادة سيارة قوية لا تتطلب قوة جسدية أو مهارة أو ذكاء خاصين. بينما قيادة الطيارة تتطلب مهارة عالية، وإسقاط قنبلة هيدروجينية أيضاً لا يحتاج إلى مهارة فائقة. وللتأكيد هنالك بعض الأنشطة التي لا تزال بحاجة إلى مهارة وجهد جديرين بالاعتبار: مثل عمل الحرفيين، والأطباء، والعلماء، والفنانين، والعمال المؤهلين بكفاءة عالية، والطيارين، والصيادين، والمزارعين، وغير ذلك من مثل المهن. لكن هذه النشاطات التي تتطلب المهارة تتناقص بشكل حاد، فالغالبية العظمى من الناس يكسبون عيشهم من عمل يتطلب القليل من الذكاء، والخيال والتركيز. لم تعد التأثيرات الفيزيائية (أي النتائج) متناسبة مع الجهد الإنساني، وهذا *الفصل ما بين الجهد (والمهارة) والنتيجة* هو أحد أكثر السمات المرضية ذات الأهمية في المجتمع الحديث، لأنه ينزع إلى خفض الجهد لتقليص أهميته.

وهنا لا بد أن نصل إلى النتيجة الأولى: على عكس وجهة النظر المقبولة عموماً، فإن الإنسان المعاصر، وبشكل أساسي، عاجز للغاية في علاقته مع عالمه، وهو لا يظهر قوياً إلاّ ليسيطر على الطبيعة بشكلٍ استثنائي. لكن هذه السيطرة تكاد تكون متحولة بالكامل، إنها ليست نتيجة لقواه الإنسانية الحقيقية، إذ تعزى إلى "الآلة الضخمة[48]" الي تمكنه من تحقيق الكثير دون أن يفعل الكثير أو أن يكون الكثير.

وهكذا يمكننا القول إن الإنسان المعاصر يعيش في علاقة تكافلية مع عالم الآلات، وبقدر ما يكون جزءاً منها، فإنه - أو هكذا يبدو - يكون قوياً. ومنعزلاً عنها، وبالاعتماد على نفسه فقط، ومستخدماً لمصادره الخاصة، فإنه عاجز مثل الطفل الصغير. ولهذا السبب يعبد آلاته: إنها تمده بقوتها، وتمنحه وهم أنه عملاق، في حين أنه بعيداً عن آلاته يصبح عاجزاً تماماً. عندما صدق الإنسان في عصر آخر أن آلهته قد منحته قوتها، فقد كان هذا مجرد وهم، باستثناء أنه أسقط قوته على آلهته، حيث تلقى بعض هذه القوة عند عبادتها. وينطبق الأمر ذاته على عبادة الآلة. وتأكيداً على هذا، لم يكن بعل وعشتار مختلفين عما فكر به الإنسان. ولم تكن هذه الآلهة، كما وصفها ناقد تنبؤي، سوى قطعة من الخشب أو الحجر، وكانت قواها هي بالضبط تلك التي نقلها الإنسان إليها، ثم استعاد جزءاً منها. لكن الآلات ليست مجرد قطعة غير فعالة من المعدن، بل إنها تخلق عالماً من الأشياء المفيدة. والإنسان يعتمد *حقًا* عليها. لكنه، وتماماً كما حدث مع الآلهة، هو من اخترع وخطط وبناها، وهي، تماماً مثلما كانت

---

48 صاغ لويس ماملورد هذا المصطلح، انظر كتابه *أسطورة الآلة: التقنيات والتطور الإنساني* (New York: Harcourt, Brace and World, 1967)

الآلهة، عبارة عن نتاج لمخيلته، ولمخيلته التقنية التي أصبحت باتحادها مع العلم، قادرة على خلق الأشياء التي هي على أرض الواقع فعالة للغاية، لكنها في الوقت نفسه أصبحت قائداً له.

وتبعاً للأسطورة، فإن بروميثيوس منح الإنسان النار ليحرره من الخضوع للطبيعة، لقد أخضع الإنسان نفسه في هذه المرحلة من التاريخ إلى النارالتي كانت تحرره. والإنسان المعاصر، مرتدياً قناع المارد، أصبح ضعيفاً وعاجزاً لأنه يعتمد على الآلات التي صنعها، ومن الآن فصاعداً فإن القادة الذين يضبطون سير المجتمع الذي ينتج الآلات، يعتمدون على أعمال تسير بشكل جيد، ويعيشون حالة من الرعب من فقدان كل ما يملكونه، وأن يصبح واحدهم "إنساناً دون مكانة ولقب"، أو مجرد كائن يواجه السؤال: "من أنا؟"

وباختصار، *يملك* الإنسان المعاصر الكثير من الأشياء، ويستخدم الكثير من الأشياء، *لكنه* ضئيل للغاية. إن آليات مشاعره وتفكيره ضامرة تماماً كما يحدث مع العضلات غير المستخدمة. إنه يخشى من أي تغيير اجتماعي مصيري، لأن أي خلل في التوازن الاجتماعي يعني بالنسبة له الفوضى أو الموت، وإن لم يكن فعلاً الموت بمعناه الفيزيائي، فهو موت هويته.

15. عن فلسفة التملك

إن ما *لدى* الشخص هو *ملكيته*، وبقدر ما "يمتلك" كل شخص جسده، فمن الممكن أن يتم الجدل حول أن الملكية متأصلة في الوجود الفيزيائي للإنسان. لكن على الرغم من أن هذا يبدو حجة جيدة لكونية الملكية، إلا أنه لا يكاد يخدم الغرض الأصلي، لأنه ليس صحيحاً. إن العبد لا يمتلك جسده، إذ يمكن أن يُستخدم، ويُباع، ويُدمر بحسب رغبة ونزوات مالكه. فالعبد، من هذا المنظور، يختلف عن أكثر العمال تعرضاً للاستغلال، فهو لا يملك طاقة جسده لأنه مجبر على بيعها إلى صاحب رأس المال الذي يشتري طاقته العاملة. (لكن، وبما أنه لا يملك خياراً آخر، ضمن شروط الرأسمالية، فيجب علينا الاعتراف أنه حتى ملكيته لجسده هي أمر مشكوك به). ماذا يعني أن أملك شيئاً ما، في حين يملك شخص آخر غيري الحق في استخدامه؟

إننا هنا في خضم واحدة من أكثر المشاكل خلافية، والتي لا يزال يكتنفها الكثير من التشوش والارتباك، وهي *الملكية*. إن مفهوماً واضحاً للملكية قد تم حجبه بشكل واسع بمشاعر متحمسة مرتبطة بالمتطلبات الثورية لإلغاء الملكية الخاصة. لقد اعتقد الكثيرون أن كافة ممتلكاتهم

الخاصة ـ مثل الملابس، والكتب، والأثاث إلخ وحتى أزواجهم ـ سوف تُصادر وتؤمم[49] (وبالطبع بدأ المتقلبون اليوم بتأميم زوجاتهم، من بين أشياء أخرى، على الرغم من مشاركة وجهات نظر محافظة).

لم يقدم ماركس أو أي شيوعي آخر فكرة بسخافة تأميم الأملاك الشخصية، أو التي يستخدمها الإنسان. وهنا كانوا يقصدون ملكية رأس المال ـ أي وسائل الإنتاج التي تمكّن المالك من إنتاج بضائع لم تكن مرغوبة اجتماعياً، وأن يفرض على العامل شروطه لأنه، المالك، "يعطيه" عملاً.

وكرد فعل على طلبات الشيوعين، فقد أكد الأساتذة في الاقتصاد السياسي أن الملكية كانت حقاً "طبيعياً"، موروثاً في الطبيعة البشرية، وأنها موجودة منذ بدء وجود المجتمع البشري. فأثناء حضوري بعض المحاضرات في تاريخ الاقتصاد بين عامي 1918 و 1919، استمعت إلى محاضرتين ألقاهما بروفيسوران ممتازان (في ذلك الزمن)، طرحا وبكل جدية، أن رأس المال لم يكن إحدى صفات الرأسمالية فحسب، بل كان كذلك بالنسبة للقبائل البدائية التي استخدمت المحار كوسيلة للتبادل، وهذا ما يثبت أنه كان لديهم رأس مال، وهذا ما يعني أن الرأسمالية قديمة قدم البشرية.

من الحق أن هذا مثال سيء. إننا نعرف الآن أن أكثر الشعوب بدائية ليس لديها ملكية خاصة، باستثناء الأشياء التي تخدم الاحتياجات الشخصية المباشرة، مثل الملابس والحلي والأدوات وشبكات الصيد

---

49 لا زلت أذكر بوضوح مقدار الصدمة لدى قراءتي ذلك التقرير الرائع لـ Frankfurter Zeitung، وهو بأشكال مختلفة مساوياً لـ New York Times، من ميونيخ في 1919 حيث طالب غوستاف لاندوير، أحد أهم الإنسانيين في ألمانيا، وفي زمن وزير الثقافة لمدة قصيرة بافاريان راتيربابليك، طالب بتأميم النساء!

والأسلحة. في الحقيقة معظم الحسابات التقليدية عن أصل ووظيفة الملكية الخاصة قد تم اعتبارها من المسلمات بأنه في الطبيعة توجد كل الأشياء المشتركة (وجهات نظر علماء الأنثروبولوجيا التي قدمتها في *بنية التدميرية الإنسانية*). حتى آباء الكنيسة قبلوا مواربة بوجهة النظر هذه. فبالنسبة إليهم فإن الملكية كانت النتيجة والعلاج الاجتماعي لخطيئة الشهوة، والتي جاءت مع سقوط الإنسان. وبكلمات أخرى، فإن الملكية الخاصة كانت نتيجة للسقوط، تماماً كما كانت السيطرة الذكورية على المرأة وصراع الإنسان مع الطبيعة.

من المفيد التمييز بين الأفكار المختلفة، والمربكة أحياناً، عن الملكية. في البداية هنالك نظرية عن الملكية على أنها الحق المطلق على الشيء (سواء كان الشيء حياً أم غير حي) بمعزل عما إذا كان المالك قد قام بفعل أي شيء لإنتاج هذا الشيء، أو إذا كان ورثه، أو تلقاه كهدية أو تركة، أو حصل عليه عن طريق السرقة. وبعيداً عن وجهة النظر الأخيرة هذه، والتي تحتاج إلى مؤهلات معينة على صعيد العلاقات بين الأمم والقوانين في المجتمع المتحضر، فإن نظام القانون العظيم في روما والدولة الحديثة يتناول الملكية بهذا المعنى نفسه. إن الملكية مضمونة دائماً من قبل القانون الدولي أو المحلي، أي أساساً بأسلوب العنف الذي يطبق القانون "بالقوة". وتؤكد فكرة ثانية، ذات شهرة خاصة في فلسفة القرن الثامن عشر التنويرية، على أن لقب الشخص للحصول على ملكية شيء ما، يعتمد على الجهد الذي قدمه الشخص لخلقه. إن ما يميز نظرية جون لوك هو أنه إذا أضاف الشخص جهده إلى شيء، ولم يكن عندئذٍ يمتلكه أحد، فإنه يصبح ملكاً له. لكن تأكيد لوك على الجزء الإنتاجي للشخص ليتمكن من التأسيس للملكية، يفقده

الجزء الأهم بمؤهلاته الإضافية، بأن لقب الملكية الذي أسس له الفرد يمكن أن ينقل بكل حرية إلى الآخرين الذين لم يعملوا للحصول عليه. من الواضح أن لوك احتاج إلى هذه الصفة لأنه كان سيواجه الصعوبة المتعلقة بإمكانية أن يطالب العمال بملكية المنتج الذي عملوا عليه[50].

تأتي الفكرة الثالثة المتعلقة بالملكية، والتي تتجاوز الأفكار القانونية المبدئية الآنفة الذكر- وهي مبنية على معنى الملكية لدى الإنسان، بالمعنى الميتافيزيقي والروحي - تأتي هذه الفكرة مما نشره هيغل وماركس. فبالنسبة لهيغل (في كتابه *فلسفة الحق*، الفصل 41 و45) اعتُبرت الملكية ضرورية لأن "المرء يجب أن ينقل حريته إلى الفضاء الخارجي لكي يتمكن من تحقيق وجوده المثالي". وبما أن الملكية كانت "التجسيد الأول للحرية فإنها بحد ذاتها عبارة عن نهاية جوهرية". قد يبدو قول هيغل، بقراءة سطحية له، ليس سوى عقلنة لقدسية الملكية الخاصة، لكن هذا القول أكثر من ذلك، ومن الضروروي شرح نظرية هيغل لفهمها، لكن للأسف لا توجد إمكانية هنا لشرحها هنا. كما صاغ ماركس المشكلة بطريقة غير شخصية مختلفة تماماً ودون أي غموض فلسفي. وكما هو الأمر بالنسبة لهيغل فإن الملكية كانت بالنسبة لماركس تجسيداً للرغبة البشرية. لكن طالما أن الملكية قد وجدت فإنها ليست ملكاً للفرد بل لمالك وسائل الإنتاج، وطالما أن الإنسان منسلب عن عمله، فإن الملكية لا يمكن أن تكون *له*. وفقط عندما انتظم المجتمع في مؤسسة عامة، حيث اعتمد تطور الفرد التام على تطور الكل التام، أصبحت كل من "لي" أو "لك" أفكار دون معنى. في مجتمعات كهذه

---

50 قارن: ستانلي. آي. برن، مقالة عن "الملكية" وفي "بول إدوارد"، *موسوعة الفلسفة*، (New York: Macmillan Comp. and the Free Press, 1967)

فإن الجهد بحد ذاته ـ أي الجهد غير المنسلب[51] ـ سيصبح ممتعاً و"ملكية" بعيداً عن الأشياء التي استخدمها الإنسان. وسوف يتقاضى الجميع أجراً ولكن ليس بحسب كمية العمل التي ينجزها الفرد، بل بحسب احتياجاته. وبالطبع إن الاحتياجات هنا هي الاحتياجات الحقيقية للإنسان وليست الزائفة والمؤذية التي تقدمها له الصناعة.

إن الفارق الجوهري الآخر هو بين الملكية بهدف الاستخدام (ملكية وظيفية)، والملكية بهدف الاستملاك (غير وظيفية)، وإن يكن هنالك الكثير من الأمثلة التي تجمع ما بين هذين النمطين. وفي ألمانيا، فإن الفارق بين هذين النوعين من الملكيات يتضح باستخدام كلمتين مختلفتين: Besitz و Eigentum. تأتي Besitz من الكلمة sitzen وتعني حرفياً: فوق أيهما يجلس المرء. إنها تشير إلى: أيهما مسيطر، من الناحية القانونية والواقعية، لكنها ليست مرتبطة بفعل الفرد الإنتاجي. ومن الناحية الأخرى تختلف Eigentum، فبينما aig هي الأصل الجرماني لفعل Haben (التملك)، إلا أن المعنى تغير عبر الزمن، حيث ترجمها السيد إيكهارت في القرن الثالث عشر على أنها المرادف الألماني للكلمة اللاتينية (الملكية proprietas) وهنا فإن proper توافق eigen في المعنى، وتعني الشيء الخاص في الشخص (مثل "اسم العلم").إن Eigentum توافق proprietas وتوافق أيضاً prpoerty وهي تشير إلى كل ما هو خاص بالشخص بصفته فرداً محدداً: جسده، الأشياء التي يستعملها يومياً، ولمن يمنح جزءاً من شخصيته عن طريق الاحتكاك اليومي، بما في ذلك أدواته ومكان إقامته، و كل ما يشكل محيطه الدائم.

---

51 يبقى موقف ماركس من الجهد غير المنسلب متناقضاً، ففي بعض الأحيان يبدو أنه يعتبر الجهد غير المنسلب هو الإنجاز الأهم في الحياة، لكن النتيجة النهائية التي يصل إليها

ربما يكون من الصعب على المرء الذي يعيش في مجتمعنا السيبري (Cybernetic) اليوم، حيث كل شيء يصبح مهملاً في فترة قصيرة (وإن لم يحدث هذا، فسوف يتم استبداله بشيء أحدث بشكل تلقائي). من الصعب في مثل هذه الظروف أن يتم تقدير السمات الشخصية للأشياء المستخدمة يومياً. وباستخدام الأشياء فإن المرء ينقل شيئاً من حياته وشخصيته إليها، وهي بذلك لم تعد بعد الآن أشياء عديمة الحياة، أو عقيمة، أو متغيرة. وبما أن هذا حقيقة فهو قد تجلى في سياق حضارات أخرى قديمة (فقط البدائية منها) كأنْ يتم دفن كل متعلقات الشخص اليومية والشخصية في قبره. والمرادف لهذا الطقس في الحضارة الحديثة هو الوصية الأخيرة التي يتركها المرء، والتي يمكن أن تترك آثاراً (عواقب) لسنوات طوال بعد موته. لكن أشياءه هنا ليست أغراضه الشخصية، بل هي تحديداً أغراضه غير الشخصية التي يملكها مثل المال، الأرض، الحقوق.. وسواها.

ويمكننا الاختتام بأن أكثر الفوارق جوهرية هو ما بين الملكية *الشخصية* والملكية *الخاصة*، والذي هو أساساً الفرق ذاته بين الملكية الوظيفية وغير الوظيفية.

إن هذا الفارق هو أكثر جوهرية من ذاك الذي بين الملكية الشخصية والعامة. وبما أننا قد عرضنا أمثلة كثيرة، ففي الشكل القانوني من الملكية العامة أو القومية أو المؤممة والتي يمكن أن تكون قهرية ومنسلبة تماماً مثل الملكية الخاصة، طبعاً إذا كانت تُدار من قبل البيروقراطيين الذين يمثلون مصالح العمال والموظفين بالاسم فقط وليس بالفعل.

تظهر الملكيات الوظيفية أو غير الوظيفية بشكلها النقي، لكنها تمتزج بشكل متكرر، كما يمكننا أن نرى ذلك بسهولة في الأمثلة التالية، إن أكثر الأمثلة بدائية هو الجسد.

إن الجسد هو الملكية الوحيدة التي يملكها جميع الناس، إنه، كما كان على الدوام، "ملكية طبيعية". وبالنسبة للطفل، كما أوضح فرويد ببراعة،

يغلب أن تكون الفضلات قد اختُبرت على أنها شكل متطرف من أشكال التملك. إنها ملكه، إنها منتجة من جسده، وهو يتخلص منها، ولكن لا داعٍ للخوف من هذه الخسارة أيضاً، ففي كل يوم ستتجدد خسائر اليوم السابق. وبشكل مناقض، فإن الجسد ليس مجرد "ملكية"، إنه أيضاً وسيلة نستخدمها لنرضي احتياجاتنا، وعلاوة على ذلك فإنه يتغير تبعاً للفائدة التي نحتاجها منه. إذا لم نستخدم عضلاتنا، فإنها تصبح أضعف، أكثر ترهلاً، إلى الحد الذي قد تصبح فيه غير قابلة للاستخدام. وعلى العكس من ذلك، كلما استخدمنا جسدنا أكثر يصبح أقوى وأكثر صحة (طبعاً ضمن حدود معينة).

وفي حالة امتلاك منزل أو قطعة أرض فإن الوضع يصبح مختلفاً، لأننا نتعامل هنا مع تصنيف اجتماعي وليس مع تصنيف طبيعي، كما هي الحال مع الجسد. لندرس حالة قبائل البدو الرحل: إنهم لا *يملكون* أرضاً، وهم يعيشون على قطعة من الأرض لمدة زمنية، يستخدمونها، يبنون خيامهم أو أكواخهم فوقها، وبعد فترة يتخلون عنها. لم تكن الأرض ملكيتهم الخاصة، كما أنها لم تكن ملكية شائعة لهم - إنها لم تكن ملكية على الإطلاق، بل شيء للاستخدام كان "لهم" بمعنى محدد للغاية. وكذلك الأمر بالنسبة للأدوات، مثل شباك الصيد، والرماح، والفؤوس، وما إلى ذلك. لقد كانت هذه الأشياء ملكاً لهم بقدر ما استخدموها. واليوم يتواجد المبدأ نفسه عند بعض العمال الزراعيين، حيث *لا يملك* الفرد أرضه الخاصة، إذ لا يمكنه أن يبيعها ويمتلك الحق بدخولها ما دام يزرعها.

ضمن العديد من الحضارات البدائية *التي لم يكن فيها ملكية خاصة*، فإن المبدأ نفسه يمكن تطبيقه على العلاقة بين الرجل والمرأة وعلى مؤسسة الزواج. فهذه العلاقة تُعرَّف اجتماعياً على أنها زواج طالما أن الرجل والمرأة

يحبان بعضهما، ويرغبان ببعضهما، ويريدان أن يعيشان سوية. وعندما تفقد العلاقة هذا الدور، يصبح كل من الطرفين حراً، إذ لا يملك أحدهما الأخر[52].

وعلى النقيض من ذلك، وفيما يتعلق بالملكية المؤسسية فإن القانون يحدد أن منزلي أو أرضي، أو أدواتي، أو زوجتي، أو أولادي هم أملاكي، وأني *أمتلكهم*، وأنه لا فرق إن كنت أهتم بهم أم لا. في الحقيقة، من حقي أن أدمر كل ما يقع ضمن أملاكي: أستطيع أن أحرق منزلي، أو لوحة مهما بلغت قيمتها الفنية، فأنا لست بحاجة لأن أبرر ما هو ملكي أمام أي كان. إن الحق القانوني فاعل لأن الدولة تدعم ادعاءاتي بسلطتها.

على مر التاريخ تغيرت مفاهيم حقوق ملكية زوجاتنا وأولادنا، ومعها تغيرت القوانين المنسجمة. واليوم يعد قتل المرء لزوجته جريمة يعاقَب عليها بصفته مجرم قاتل، وكذلك الأمر مع قتل المرء لأطفاله، لكن القسوة والوحشية اللا متناهية، والتي يتهجم الأهل بها على أولادهم، هي من ضمن ممارسة سلطتهم القانونية (أي حق الملكية) ما لم يصل الأمر إلى حد التطرف، الذي لا يمكن تجاهله. ومع ذلك، ففي علاقة المرء مع زوجته وأطفاله، ما أكثر تواجدت عوامل تتجاوز مسألة الملكية الخالصة. لقد كانوا كائنات حية، كانوا يعيشون في تماس مباشر مع سيدهم، إنه يحتاجهم وهم يمنحونه المتعة، وهكذا، هنالك عنصر للملكية الوظيفية بالإضافة إلى الملكية القانونية.

---

52 مثال ذلك زواج الأقزام لآفارقة المبوتوس. انظر: سي. ترنبول، *الخدم الشاكسون، أو عالين للأفارقة الأقزام* (Lon-don: Eyre and Spottiswoode, 1965)

إن الملكية على شكل رأس المال هي الشكل الأكثر تطرفاً من اقتناء الملكية القانوني. يمكن القول أن رأس المال ليس مختلفاً عن الأداة، مثل الفأس، التي يستخدمها مالكها. ولكن في حالة الفأس يصبح ذا قيمة فقط عندما يخدم مهارات مالكه، أي كملكية فعالة. وفي حالة رأس المال، فإن صاحبه *يملكه* ـ حتى إن لم يتصرف به ـ و يبقى ذا قيمة حتى إن لم يكن يُستثمر، وإذا كان المالك يقوم باستثمار رأس ماله، فليس عليه أن يقوم باستخدام مهاراته، أو أن يبذل جهداً مساوياً ليجعل رأس ماله يعودعليه بالأرباح. وكذلك الأمر مع أقدم أشكال رأس المال: الأرض. يسمح لي حقي القانوني، والذي بموجبه أصبحُ المالك، أن أجني الفائدة منه دون أن أبذل أي جهد يذكر، أي دون أن أقوم بأي عمل بنفسي. ولهذا السبب يمكن تسمية الملكية غير الوظيفية بالملكية الجامدة.

وسواء كانت "جامدة" أم "غير وظيفية" فإن الملكية تحصل على شرعيتها عن طريق الاكتساب أوالقانون. لكن القانون بحد ذاته مدعوم بالسلطة، وبهذا المعنى فإن الاختلاف بين الملكية المكتبسة أو الملكية القانونية هو نسبي فحسب. كذلك في حالة الملكية القانونية فإن *السلطة تشرّع الحق*. لأن الدولة تضمن حق ملكيتي بالقوة، والتي تمتلكها الدولة بالمطلق.

* * *

على الرغم من أنه لا يمكن للإنسان أن يوجد دون "أن يمتلك"، إلا أن وجوده يكون كاملاً مع التملك الوظيفي فقط. وهكذا كان الأمر في السنوات الـ 40,000 السابقة من عمر التاريخ وذلك منذ ظهور الإنسان العاقل الأول. ومن الحق أن الإنسان لا يستطيع الوجود بشكل عاقل، وكما سأناقش لاحقاً، إلا إذا كان عنده ملكية وظيفية، وحد أدنى من الملكية الجامدة

(غير الوظيفية). إن الملكية الوظيفية هي حاجة وجودية وفعلية للإنسان، الملكية الوظيفية ترضي الحاجة الفيزيولوجية، وهي مشروطة بظروف اجتماعية ـ اقتصادية محددة. يجب أن يمتلك الإنسان جسداً، ومأوى، وأدوات، وأسلحة، وسفناً. إن هذه الأشياء ضرورية لوجوده البيولوجي، وهنالك أشياء أخرى يحتاجها لوجوده الروحي، مثل الحلي والأشياء الزخرفية، وباختصار: الأشياء الفنية و"المقدسة" ووسائل إنتاجها. وقد تكون ممتلكات بمعنى أن الفرد يستخدمها حصرياً، لكنها ممتلكات وظيفية.

مع تطور الحضارة، فإن الممتلكات الوظيفية تتزايد، وقد يمتلك المرء عدة بذلات أو فساتين، منزلاً، أجهزة لتوفير الجهد، أجهزة مذياع وتلفاز، مسجلات وأجهزة تسجيل، كتباً، مضارب تنس، زوجاً من أحذية التزلج... ولا داع لأن تختلف كل هذه الممتلكات عن الممتلكات الوظيفية التي وجدت في الحضارات البدائية. ليس هناك من داعٍ للاختلاف، لكنها تختلف. يحدث التغير في الوظيفة عندما يتوقف التملك عن كونه وسيلة للشعور بحيوية وإنتاجية أعظم، ويتحول إلى وسيلة للاستهلاك السلبي الحسي. عندما تكون وظيفة التملك الأساسية إرضاء حاجات الاستهلاك المتزايدة، فإنه (أي التملك) سيتوقف عن كونه حالة تضيف إلى "الكينونة"، ولن يختلف عن "الامتلاك التوفيري". قد تبدو هذه العبارة غريبة نظراً لأن "التوفير" و"الإنفاق" ضدان. إن الأمر هو كذلك حقاً، إذا كانت نظرتنا للأمر سطحية، لكن إذا ما نظرنا إلى الأمر بشكل ديناميكي (متحرك)، فإنهما يشتركان في قيمة أساسية واحدة: كلا البخيل أو المسرف سلبي وغير منتج، ولا يرتبط أي منهما بشيء أو بأحد، كما لا يتغير أيهما أو يتطور مع تطور الحياة، كل منهما يمثل أحد أشكال اللاحياة. إن توضيح الفرق بين حاجات " التملك بغرض الامتلاك"

و"التملك بغرض الاستخدام" يجب أن يأخذ بعين الاعتبار المعنى المزدوج للاستخدام: الاستخدام السلبي ("المستهلِك") والاستهلاك الإنتاجي (الحرفي، الفنان، العامل الماهر). إن التملك الوظيفي يشير إلى الاستخدام الإنتاجي.

لـ "التملك بغرض الامتلاك" أيضاً وظيفة أخرى غير الكسب دون بذل جهد. في المقام الأول، تمنح الملكية الجامدة (غير الوظيفية) السلطة لمالكها في مجتمع يتمحور حول الملكية. إن من لديه ممتلكات أكثر هو عادة نافذ سياسياً، ويبدو كأنه إنسان عظيم لأنه إنسان قوي، ويبدي الناس إعجابهم بعظمته لأنهم يفضلون أن يكونوا معجبين على أن يكونوا خائفين. بمقدور الإنسان الثري والقوي أن يؤثر على الآخرين بإخافتهم، أو بشرائهم، وبالتالي فإنه يستحوذ على ملكية الشهرة أو الإعجاب.

لقد قدم ماركس تحليلين جميلين للنقطة الأخيرة:

إن ما هو لي، بفضل المال، هو ما يمكنني أن أدفع ثمنه (أي، ما يمكن للمال شراؤه)، أنا مالك المال. إن سلطتي الخاصة عظيمة بمقدار سلطة المال. إن ملكيات المال هي ملكياتي وقدراتي الخاصة. وبهذا فإن، ما *أكونه* وما يمكنني *فعله* لا يتحدد على الإطلاق بفرديتي. *أنا* بشع، لكن بمقدوري شراء *المرأة الأكثر جمالاً* لنفسي. وبالنتيجة فأنا لستُ *بشعاً*، لأن تأثير *البشاعة* وقوتها على التنفير قد ألغيت بالمال. وكفرد أنا *أعرج*، لكن المال يمنحني أربعاً وعشرين قدماً، وبالتالي فأنا لستُ أعرجاً. أنا إنسان مقيت، شائن، وبلا مبادئ وغبي، لكن المال مشرّف، وكذلك مالكه. إن المال هو أكثر البضائع قيمة، وكذلك فإن مالكه هو بضاعة. بالإضافة إلى ذلك فإن المال ينقذني من مشكلة كوني مخادعاً، وبالتالي فأنا شريف حكماً. أنا غبي لكن بما أن المال هو *العقل الحقيقي* لكافة الأشياء، فكيف سيكون

مالكه غبياً؟ وعلاوة على ذلك، فبإمكانه شراء الناس الموهوبين لصالحه، أليس هو من يملك السلطة على ما هو أكثر موهبة من هؤلاء الموهوبين؟ وأنا من بإمكانه أن يمتلك *كل شي*، يتوق إليه قلب الإنسان، عن طريق سلطة المال، ألستُ أملك كل المقدرات الإنسانية؟ أليس مالي، بهذا المعنى، يحول كل عجزي إلى العكس؟

إذا كان *المال* هو الرابط الذي يصلني بالحياة *الإنسانية*، ويصل المجتمع بي، وإذا كان هو ما يصلني بالطبيعة والإنسان، أفليس هو إذن رابطة كل *الروابط*؟ أفليس هو بالتالي الوكيل العالمي للانفصال؟ إنه الوسيلة الحقيقية لكل من *الحياد والتوحد*، إنها القوة المحركة للمجتمع.

بما أن المال، بصفته مفهوماً وجودياً وفاعلاً للقيمة، يؤسس ويستبدل كل شيء، فإنه الفوضى والتغيير العالمي لكافة الأشياء، العالم المقلوب، الفوضى والتحويل لكافة الخصائص الطبيعية والإنسانية.

إن من بمقدوره شراء الشجاعة هو الشجاع، حتى لو كان جباناً. إن المال ليس استبدالاً لخاصية معينة، أو شيء معين، أو لقدرة إنسانية معينة، بل للعالم المادي للإنسان والطبيعة بكاملهما. وهكذا، من وجهة نظر مالكه، فإنه يستبدل كل قيمة وشيء بشيء آخر، حتى لو كانت متناقضة. إنه انسجام المتناقضات، وهو يفرض على النقائض أن تتحد.

لنفترض أن *الإنسان* هو *إنسان*، وأن علاقته بالعالم هي إنسانية، في هذه الحالة فإن الحب لا يمكن أن يُستبدل سوى بالحب، والثقة بالثقة، إلخ... إذا كنتَ ترغب بالاستمتاع بالفن فعليك أن تكون شخصاً مثقفاً. وإذا كنت ترغب بالتأثير على الآخرين، فعليك أن تكون شخصاً لديه حقاً تأثير محفز ومشجع للآخرين. وإذا رغبت أن تؤثر على الآخرين، ويجب أن تكون كل

من علاقاتك مع الإنسان أو الطبيعة عبارة عن *مصطلحاً محدداً*، ينسجم مع موضوع رغبتك، ومع حياتك *الفردية الحقيقية*. إذا كنتَ تحب دون أن تبادل الحب بمثله، أي إذا لم تكن قادراً على جعل نفسك إنساناً محبباً، بإظهار نفسك شخصاً محباً، فإن حبك عقيماً ومشؤوماً[53].

تُفضي هذه الاعتبارات إلى النتيجة التالية: إن التصنيف *التقليدي* للملكية في الملكية العامة والخاصة (قومية أم مؤممة) ليس كافياً، بل ومضللاً. والأكثر أهمية هو ما إذا كانت الملكية وظيفية، وبالتالي غير استغلالية، أو جامدة (غير وظيفية) وبالتالي ملكية استغلالية. وسواء كانت الملكية تعود إلى الدولة، أو إلى العاملين في المصنع، فإنها قد تمنح السلطة للبيروقراطيين الذين يتحكمون بالإنتاج. والحق، إن الملكية الوظيفية الخالصة، كالأشياء التي نستخدمها، لم يعتبرها ماركس أوسواه من الاشتراكيين كملكية خاصة ويجب مشاركتها. ولم يكن مهماً فيما إذا كانت الملكية الوظيفية متساوية تماماً بالنسبة للجميع. إن مسألة المساواة في الملكية لم تكن أبداً إحدى مبادئ الاشتراكية، بل إنها، فعلياً، متجذرة عميقاً في الملكية ذاتها التي، كونها مصدراً للحسد، تبحث عن تجنب حالة اللا المساواة، لأنها سوف تولّد الحسد لدى الآخرين.

إن القضية المركزية هي فيما إذا كان الامتلاك يعزز الفعالية والحيوية لدى الفرد، أم يشل الفعالية ويعزز الكسل والخمول واللا إنتاجية.

---

53 *المخطوط الفلسفي والاقتصادي 1844*، في كتاب إريش فروم، *مفهوم الإنسان عن ماركس* (New York: Frederick Ungar, 1961).

16. سيكولوجية التملك

مع هذه الملاحظة الأخيرة نصل إلى حديثنا حول *التملك* كظاهرة ذهنية ومؤثرة.

نبدأ الحديث عن "الملكية الوظيفية". من الواضح أنه ليس بإمكاني أن أمتلك ما هو أكثر مما بإمكاني استخدامه منطقياً. ولهذه المزاوجة بين الامتلاك والاستخدام عدة نتائج: (1) إن فعاليتي محفَّزة بصورة مستمرة، لأن امتلاك ما يمكنني استخدامه فقط، يحفزني لأن أكون شخصاً فعالاً دائماً. (2) ولأنني أرغب فقط بامتلاك كمية من الأشياء تناسب قدرتي على استخدامها بشكل منتج فإن جشع الامتلاك (الطمع) لا ينمو. (3) وكذلك الأمر بالنسبة للحسد، إذ لا يمكن أن ينمو الحسد داخلي بما أنْ حسد الآخر على ما يملكه سيصبح غير ذي جدوى، لأني منشغل باستخدام ما أملكه. و(4) أنا لستُ قلقاً من فقدان ما أملك، بما أن الملكية الوظيفية تُستبدل بكل سهولة.

إن تجربة التملك المؤسسي مختلفة بالكامل، إنها ـ بمعزل عن التملك والوجود الوظيفي ـ الحالة البدائية الأولى لاختبار الإنسان لذاته وللعالم. ويمكن اكتشاف هاتين الحالتين من التجريب لدى كل إنسان تقريباً: إن

أولئك الذين لا يختبرون التملك على الإطلاق هم أشخاص نادرون، في حين أن الأشخاص الذين لم يختبروا تجربة أخرى سوى التملك أعدادهم أكثر بكثير. ويتصف معظم الناس بتوليفة خاصة من حالات التملك والوجود في تركيبة شخصياتهم. لكن، وعلى الرغم من أن فكرة وكلمة التملك تبدو بسيطة، فإن وصف تجربة التملك أمر بالغ الصعوبة، خصوصاً أن مثل هذا الوصف لا ينجح إلا إذا كان القارئ لا يستجيب فقط بشكل عقلاني، بل يحاول أن يتحكم بتجربته المؤثرة مع التملك.

قد تكون أكثر المقاربات عوناً لفهم التملك (بالمعنى غير الوظيفي) أن نستعيد إحدى أهم رؤى فرويد، الذي وجد أنه بعد مرور الطفل بمرحلة من السلبية والاستقبال الكامل، متبوعة بأخرى من الحسية المدمرة والعدائية، فإن الطفل، وقبل أن يصل إلى النضج، يمر عبر مرحلة حددها فرويد بأنها المرحلة الإيروتيكية الشرجية، والتي غالباً ما تبقى مسيطرة أثناء مراحل تطور الإنسان، وتقوده إلى تطور "الشخصية الشرجية". وبهذا السياق، فإنه ليس من الأهمية بمكان اعتقاد فرويد، بأن مرحلة خاصة من تطور الليبيدو كانت أولية، وأن تشكيل الشخصية كان ثانوياً. (أما من وجهة نظري، كما هي وجهة نظر مؤلفين أكثر قرباً إلى فرويد مني مثل إريك إريكسون، فإن العلاقة هي عكسية)، ما يهم هو وجهة النظر التي تذهب إلى أن التوجه المسيطر باتجاه التملك يُعتبر من قبل فرويد كفترة ما قبل النضج الكامل، وكحالة مرضية إذا ما استمر. بكلمات أخرى، بالنسبة لفرويد فإن الإنسان المهتم حصرياً بالتملك والاستحواذ هو شخص مريض عقلياً ونفسياً.

لقد كانت وجهة النظر هذه بمثابة قنبلة انفجرت في مجتمع مبني على الملكية الخاصة، حيث اختبر أعضاؤه أنفسهم وعلاقتهم بالعالم غالباً من خلال التملك. لكن، بحدود علمي، لم يحتج أحدهم على هذا الهجوم على

أعلى قيم المجتمع البرجوازي، بينما لاقت محاولات فرويد المتواضعة لعدم تشويه سمعة الجنس، استحساناً من قبل كافة المتحمسين لـ "الحشمة". ليس من السهل شرح هذا التناقض. هل كان السبب عدم ربط الناس سيكولوجية الفرد بسيكولوجية المجتمع؟ أم هل كان لأن القيمة الأخلاقية العليا للملكية كانت من المسلمات، حتى أن أحداً لم يرهق نفسه بالتحدي؟ أم هل كان السبب هو أن هجوم فرويد على الأخلاقيات الجنسية للطبقة الوسطى كان محتقراً بشدة، لأن الهجوم صار دفاعاً ضد رياء المرء نفسه، بينما كان الموقف العام فيما يتعلق بالمال والملكيات مختلفاً بشكل تام، ولم توجد حاجة للدفاع العدائي في هذه الحالة؟

مهما يكن التفسير، فليس هناك من شك في أن فرويد اعتقد أن الملكية بهذا المعنى ـ أي التملك ـ وفي حال كانت صفة مهيمنة على الشخص الناضج، فإنها لا تعبر عن ميولاً غير سوية لدى الفرد.

لقد حمّل فرويد مجموعة مختلفة من المعلومات ليؤسس لنظريته ـ في البداية، تذكر تلك المعلومات أن الفضلات تساوي رمزياً للمال، والامتلاك، والقذارة. هنالك بالفعل معلومات وفيرة في الأسطورة، واللغة والحكاية الشعبية تؤكد على هذا. لقد ربط فرويد في رسالة إلى فليس في 22 ديسمبر 1897[54] المال والبخل بالبراز. ثم أضاف في ورقته التقليدية: "الشخصية والشهوة الشرجية" (1908) أمثلة إضافية على هذه الهوية الرمزية:

"إن الصلة بين عقدتي التعلق بالمال والتعلق بالتغوط، واللتين تبدوان مختلفتين تماماً، هي الأكثر انتشاراً بين سواها من العقد. ويعرف كل

---

54 الرسالة 79، الطبعة القياسية للأعمال النفسية الكاملة لسيغموند فرويد (إس. إي)، الجزء 1 (London: Hogarth Press, 1966)، ص 272-73.

طبيب مارس التحليل النفسي أنه يمكن شفاء حتى أقدم الحالات إصابة وأكثرها صعوبة، والتي يمكن وصفها بأنها حالة إمساك متعارف عليها بين الحالات النفسية، بهذا النمط من العلاج. وسيكون وقع المفاجأة أقل إذا ما تذكرنا أن تلك الوظيفة قد أظهرت أنها، وبشكل مشابه، تخضع للتنويم المغناطيسي. لكن لا يمكن الوصول إلى هذه النتيجة في التحليل النفسي إذا تعامل المرء مع عقدة المال لدى المرضى وحثهم على استحضارها إلى الوعي ومعها كل متعلقاتها. فمن المفترض أن الحالة العصابية هنا تتبع فقط أحد أعراض الاستخدام العلني أثناء الكلام، حيث تستدعي (تُظهر) شخصاً شديد الحرص على ماله من "القذارة" أو "الأوساخ". لكن هذا التفسير شديد السطحية. في الواقع، فإن كل الحالات الماضية من الأفكار قد سادت أو استمرت - في الحضارات القديمة والأساطير والحكايات الشعبية والخرافات واللاوعي والأحلام والحالات العصابية، في كافة هذه الحالات ارتبط المال ارتباطاً وثيقاً بالقذارة. وجميعنا يعرف أن الذهب الذي يمنحه الشيطان إلى أتباعه، يتحول إلى براز، وأن الشيطان ليس سوى تجسيداً للحياة الغريزية اللاواعية المكبوتة. كما أننا نعرف أيضا الخرافة التي تربط ما بين اكتشاف الكنز بالغائط، وأيضاً "ناقل الدوقيات" (*Dukatencheisser*). وبالفعل، وحتى كما هو مذكور في القانون البابلي القديم فإن الذهب هو "براز الجحيم" (Mammon = ilu mamman). وهكذا في الاستخدام التالي للغة، فإن العصاب، هنا كما في لغات أخرى، يترافق مع كلمات بمعناها الأصلي والدلالي، وحيثما يبدو أنه يستخدم كلمة ما بأسلوب دلالي، فإنه يستعيد معناها القديم بشكل طبيعي.

من المحتمل أن التضاد بين أكثر الممتلكات التي عرفها الإنسان قيمة، وتلك الأقل قيمة على الإطلاق، والتي يرفضها على شكل فضلات ("رفض")، قاد إلى هذا التعريف المحدد للذهب مع البراز[55]".

لقد تضمنت هذه الورقة تعليقات قليلة فقط. ففي المفهوم البابلي، المال هو "براز الجحيم"، وقد تم بناء علاقة بين الذهب والبراز والموت. في الجحيم - أي في عالم الموتى - فإن أكثر الأشياء قيمة هي البراز، وهذا يجمع فكرة المال والقذارة والموت[56].

يكشف المقطعان الآخران المذكوران هنا عن اعتماد فرويد على أفكار عصره. وأثناء بحثه عن السبب وراء الهوية الرمزية للذهب والبراز، فهو يقدم لفرضية أنه من المحتمل أن تكون هويتهما قد بنيت على حقيقة تناقضهما الراديكالي، الذهب بصفته المادة الأكثر قيمة التي عرفها الإنسان، والبراز بصفته المادة الأقل قيمة. وهنا يتجاهل فرويد إمكانية أن الذهب هو أكثر المواد قيمة بالنسبة للحضارة، التي يُبنى اقتصادها (عموماً) على الذهب، لكن هذا لا يعني شيئاً بالنسبة للمجتمعات البدائية، والتي ربما لم يحمل الذهب لديها قيمة عظيمة. وأهم من هذا أنه بينما يقترح نموذج *مجتمعه* أن الإنسان يفكر *بالذهب* على أنه أكثر المواد قيمة، قد يكون يتضمن بشكل لا واعٍ فكرة أن الذهب هو جامد، وعقيم (مثل الملح)، وعديم الحياة (إلا عندما يُستخدم في المجوهرات)، وأنه جهد مكدس، مصمم لأن يُكنز، وهو المثال الرئيسي للامتلاك غير الوظيفي. هل بإمكان المرء أكل الذهب؟ هل بإمكانه أن يجعل أي شيء ينمو بالذهب (إلا عندما

---

55 الرسالة 79، الطبعة القياسية للأعمال النفسية الكاملة لسيغموند فرويد (إس، إي)، الجزء 1 (London: Hogarth Press, 1966)، ص 272 - 73 .

56 المصدر نفسه.

يتحول إلى رأس مال)؟ هذه الصفة الجامدة والعقيمة للذهب واضحة في أسطورة الملك ميداس، الذي كان بالغ الجشع لدرجة أنه تمنى أن يتحول كل ما يلمسه إلى ذهب. وفي نهاية المطاف، مات الملك، بالتحديد، لأن الإنسان لا يمكنه أن يعيش على الذهب. من الواضح في هذه الأسطورة رؤية عقم الذهب، وأنه ليس قيمة عليا بأي شكل من الأشكال، كما يفترض فرويد. لقد كان فرويد ابن عصره ليكون واعياً بالقيمة السلبية للمال والتملك، وكذلك بما تضمنه مفهومه الخاص عن الشخصية الشرجية، والذي ناقشته سابقاً، من إيحاءات حساسة.

وبمعزل عن ميزات مخطط فرويد عن تطور الليبيدو، فإن اكتشافاته حول المراحل التملكية والحسية، في المراحل المبكرة من تطور الإنسان، هي ذات معنى أكثر. إن السنوات الأولى من حياة الطفل هي بالضرورة فترة لا يكون الطفل أثناءها قادراً على العناية بنفسه، وليشكل العالم المحيط تبعاً لرغباته وتحت قواه الخاصة. إنه مجبر على أن يتلقى أو أن يمتلك لأنه لا يستطيع الإنتاج بعد. وهكذا فإن تصنيف الامتلاك هو مرحلة انتقالية ضرورية في تطور الطفل. لكن إذا كان بقي الامتلاك هو التجربة المسيطرة على الشخص الراشد، فهذا يعني أنه لم يحقق هدفه في التطور الطبيعي باتجاه الإنتاجية، وأنه بقي عالقاً في تجربة الامتلاك، وذلك بسبب فشله في تحقيق التطور. وهنا كما في التوجهات الأخرى، ما هو طبيعي في مرحلة مبكرة من التطور يصبح مرضياً إذا ظهر في مرحلة لاحقة. إن "التملك بغرض الامتلاك" مبني على تراجع القدرة على النشاط الإنتاجي، ويمكن تتبع هذا التراجع في عدة عوامل. إنني أفهم "النشاط الإنتاجي" على أنه تعبير فعال وحر لمقدرات الإنسان، *وليس* الأفعال التي تحركها الغرائز أو الحاجة القهرية للتصرف بطريقة معينة. وليس هذا بالوقت المناسب للخوض في هذا النقاش. يكفي هنا القول أنه يجب أن نبحث عن العوامل مثل التخويف

المبكر، النقص في التحفيز، الدلال الزائد، على المستويين الاجتماعي والفردي. لكن الترتيب يمكن أن يكون بالاتجاه الآخر، إن النزوع إلى التملك، والرضا الناتج عنه يضعفان الجهد وبالتالي القدرة على الإتيان بالجهود المنتجة. كلما *امتلك* الشخص المزيد، نقصت رغبته بالقيام بجهود فعّالة[57]. إن التملك والكسل الداخلي يشكلان جوهرياً حلقة مفرغة، أحدهما يعزز الآخر.

* * *

لننظرْ إلى مثال آخر عن الشخص الذي يكون دافعه الوحيد هو التملك: البخيل. إن الدافع الأكثر وضوحاً بالنسبة له هو المال وما يعادله من أشياء مادية، مثل الأرض، الأملاك المنقولة، المنازل، إلخ... إن معظم طاقته ستتوجه إلى المحافظة على المال، وغالباً ما يكون هذا بتوفيره وعدم استخدامه، وليس القيام بأنشطة عملية لإنتاجه. إنه يختبر نفسه كما لو كان خزنة للمال، ولا يمكن لشيء أن يتركه، وهكذا لا يجب أن ينفق شيئاً أكثر مما هو ضروري للغاية. وهذه الـ "ضروري للغاية" تعتمد على درجة بخله.

من الاستثنائي، وإن كان ليس نادراً، أن يرغب الشخص بحرمان نفسه من كل متع الحياة، مثل الطعام الشهي، الملبس الجيد، والمنزل اللائق، وذلك لكي يخفض نفقاته إلى أقل درجة ممكنة. ويستغرب الشخص العادي أن يحرم شخص ما نفسه من كل هذه المتع. لكن على المرء ألا ينسى أن الأمر ليس كذلك بالنسبة للبخيل، إذ أن البخيل يجد أعظم متعة في حياته في تجربة الامتلاك تحديداً: "أن أمتلك" بالنسبة إليه متعة أحلى من الجمال، والحب أو أية متعة فكرية أو حسية يمكنه الحصول عليها. يقدم

---

57 انظر: إ. فروم، *تشريح النزعة التدميرية لدى الإنسان*.

الثري البخيل صورة أقل وضوحاً، فقد ينفق الملايين على الإحسان، أو على الفن، لأنها نفقة يراها ضرورية لحالته الاجتماعية وللقيمة الدعائية للصورة المفضلة لدى الآخرين، وفي الوقت ذاته قد يتمادى ليؤسس نظام يحميه من المصاريف غير الضرورية للبريد، أو ربما يبذل جهداً قهرياً ليمنع العمال لديه من إضاعة دقيقة واحدة من وقت عمله. (كتب بينيت أن هنري فورد، مؤسس إمبراطورية السيارات، كان يرقع الجوارب إلى الحد الذي لا تعود فيه صالحة، ولشدة خوفه من زوجته، كان يشتري جوارب جديدة سراً ويستبدلها بالقديمة في سيارته، ثم يتخلص من القديمة في الطريق).

وبالنسبة للبخيل، فليس حب الاحتفاظ بالأشياء هو دافعه الوحيد، لكن، وبشكل موازٍ تماما، يحركه أيضاً توفير الطاقة، المشاعر، الأفكار، أو أي شيء بإمكانه "امتلاكه". وبالنسبة إليه فإن الطاقة كمية محددة يمتلكها، ولا يمكن استعادتها ثانية. وهكذا لا بد من تجنب كل إنفاق للطاقة ليس ضرورياً، لأنه يقلل من المخزون لديه. إنه يتجنب الجهد الجسدي غير الضروري، ويقوم بكافة الأمور بأقصر الطرق الممكنة. وعادة ما يستنبط طرقاً منظمة ودقيقة للحفاظ على أقصى توفير لاستهلاك الطاقة. وغالباً ما يتجلى هذا الموقف في سلوكه الجنسي (وغالباً ما يكون هذا عند الرجال). فبالنسبة له، إن النطاف هي أثمن منتج لديه، لكنه محدد الكمية، وما ينفقه منه سيخسره إلى الأبد (لكن لمعرفته الذهنية بعدم صحة هذا الأمر أثراً بسيطاً على الطريقة التي يشعر بها تجاه نطافه). وهكذا، يجب أن يحد من علاقاته الجنسية إلى الحد الأدنى ليكون ما يفقده في أدنى حد ممكن من النطاف. وقد عرفت عدداً من الرجال الذي اشتغلوا بهذا النظام لتحقيق المساومة الفضلى بين متطلبات التوفير و"الصحة"، وهذا، بحسب اعتقادهم، يتطلب كمية محددة من النشاط الجنسي. (تكون هذه العقدة هي الأصل للعجز الجنسي لدى الذكر).

وبالطريقة ذاتها، فإن البخيل يميل إلى توفير الكلمات، والمشاعر، والأفكار. إنه لا يرغب ببذل الطاقة في الإحساس والتفكير، إنه يحتاج إلى هذه الطاقة لأداء الواجبات الحياتية الأساسية التي لا يمكنه تجنبها. إنه يبقى بارداً ولا مبالياً بأفراح وأحزان الآخرين، بل وبأفراحه وأحزانه شخصياً. وكبديل لتجربة الحياة ينادي من الذاكرة تجارب الماضي. فالذكريات مقتنيات ثمينة، وغالباً ما يراجعها في تفكيره كما لو أنه يحصي نقوده، أو قطعانه، أو أسهمه. في الحقيقة، إن ذاكرة مشاعر أو تجارب الماضي هي الشكل الوحيد لملامسة البخيل لتجاربه الخاصة. يشعر أقل، لكنه *شاعري*، وهنا تستخدم (شاعري) بمعنى "الشعور بعدم الشعور"، المشاعر مرتبطة *بالفكرة* أو *بأحلام اليقظة* وليست مشاعر *محسوسة*. إن الحقيقة المعروفة هنا هي أن العديد من الأشخاص المتملّكين ومتبلدي المشاعر، وحتى القساة ـ هذه الصفات الثلاث تنتمي لبعضها بعضاً ـ الذين لا يتأثرون بالمعاناة الإنسانية الحقيقية، يمكن أن يبكوا عندما يعرض فيلماً إحدى الكويكبات التي يتذكرونها منذ طفولتهم ويحلمون بها في أحلام يقظتهم.

* * *

لقد تجاهلنا حتى الآن الفروقات في الممتلكات والفروقات المماثلة في تجربة امتلاكها. من المحتمل أن يكون الفرق الأكثر أهمية هو ما بين الأشياء الحية وغير الحية. فالأشياء غير الحية (الجامدة) ـ المال، والأرض، والمجوهرات ـ لا تعارض مالكها. والاعتراض الوحيد الذي قد يواجهه هو من القوى الاجتماعية والسياسية التي تهدد امتلاكه الآمن والمضمون للممتلكات. إن الضمان الأكثر أهمية للشعور بالأمان لديه هو القانون وممارسة القوة من قبل الدولة وبالتالي تفعيل القانون. وإن هؤلاء

الذين الذين يُبنى أمانهم الداخلي إلى حد كبير على الامتلاك، هم بالضرورة معارضون محافظون ومتشددون ضد الحركات التي تطالب بالحد من سلطة الدولة المطلقة.

بالنسبة لأولئك الذين يعتمد أمانهم على تملك الأحياء، وعلى وجه الخصوص تملك البشر، فإن الحالة هنا أكثر تعقيداً. إنهم أيضاً يعتمدون على قدرة الدولة على "تطبيق القانون بالقوة"، لكنهم في الوقت ذاته يواجهون المقاومة التي يبديها البشر رداً على محاولة امتلاكهم، وتحويلهم إلى أشياء *مملوكة ومُسيطر* عليها. وقد يشير البعض بخصوص هذه الفكرة إلى حقيقة أن ملايين الناس هم راضون بأن يُحكموا، بل إنهم يفضلون أن يحكموا على أن يكونوا أحراراً. في كتابي *الهروب من الحرية* (1941) حاولت الإشارة إلى هذا "الخوف من الحرية" وإلى غواية اللاحرية،وهذا التناقض الظاهر هنا ليس مسألة غير قابلة للحل. أن يكون الإنسان حراً، بدلاً من أن *يمتلك* الأمان، هو أمر مرعب لأي شخص لا يمتلك الشجاعة الكافية ليخوض مغامرة الوجود. إنه على استعداد لأن يتخلى عن حريته إذا كان خضوعه يبدو مقاومة، والأمر كذلك إذا وُصف الشخص المتسلط بصفات الأب الحنون، وإذا شعر بأنه ليس شيئاً يتم التحكم به، بل هو طفل محبوب وهنالك من يرشده. لكن إذا لم يُستخدم هذا القناع، وأدرك الشخص المملوك ما يحدث له، فإن رد فعله الأول هو المقاومة، بكل أشكالها ووسائلها. فالطفل يقاوم بأسلحة الأعزل: التخريب والمعاندة ـ وتحديداً التبول في الفراش، الإمساك، نوبات الغضب الحادة، وما يشابه ذلك. أما الطبقات العاجزة فيكون رد فعلها أحياناً تخريبياً أو غير فعال. لكن، وكما يعرض لنا التاريخ، غالباً ما يكون الثوريون والمتمردون هم من يطلق آلام الولادة للتغيرات القادمة.

ومهما يكن الشكل الذي يأخذه الصراع ضد المسيطِر، فإن له أثراً عميقاً على الشخص الذي يرغب بالسيطرة. ولا بد له من تطوير الدوافع العاطفية

للتحكم بالآخرين، ويصبح هذا الدافع شهوة تشحنها الرغبة الشبقة. إن محاولة تملك البشر تقود بالضرورة إلى تطوير السادية، إحدى أبشع الشهوات وأكثرها شذوذاً.

إن الهدف النهائي للتملك هو تملك الإنسان لذاته، "أنا أمتلك ذاتي" يعني أني مكتمل بذاتي، فـ "أنا" أساوي "ما أمتلكه"، وما "أمتلكه" يساوي "ذاتي". إن التمثيل الحقيقي لهذا النوع من الأشخاص هو النرجسية المتكاملة. فهو مكتمل بنفسه فقط، ويحوّل العالم بأسره إلى شيء يمتلكه. إنه ليس مهتماً بأي شيء، أو أي شخص خارج نفسه، باستثناء الأشياء التي تتحد داخل فضاء ممتلكاته.

* * *

هذه حالة اختبار لما هو قريب جداً من التملك، هي الاستهلاك. يمكننا أيضاً التمييز بسهولة بين الاستهلاك الوظيفي (العقلاني)، وغير الوظيفي (غير العقلاني).

إذا أكلتُ بدافع الجوع، فهذا يعني أن جسدي يحتاج إلى الطعام، أو أني أستمتع بالطعام. طعامي هو وظيفي وعقلاني[58]، بمعنى أنه يخدم عملية حيوية لجسدي بكامله، بما في ذلك ذوقي المتطور في مجال الطعام. لكن إذا بالغتُ في الأكل بدافع الطمع أو الاكتئاب أو القلق، فإن أكلي يصبح غير عقلاني، إنه يؤذيني ولا يفيدني على المستوى الفيزيولوجي أو الذهني. وهذا الأمر صحيح أيضاً لكل أنواع الاستهلاك، والذي يتجذر في

---

58 قارن: الحديث عن العقلانية في كتاب إريك فروم، *تشريح النزعة التدميرية لدى الإنسان*.

الطمع وله صفة قهرية: في الإدمان على العمل، أو المخدرات، وفي النزعة الاستهلاكية المعاصرة، وفي الاستهلاك الجنسي. إن ما يظهر اليوم على أنه منتج عظيم لمتعة الرغبة الجنسية هو في الواقع مجرد تعبير عن الطمع، ومحاولة للقضاء على بعضنا. إنه محاولة من الشخصين، أو من أحدهما، لامتلاك الآخر بالكامل. يصف الناس إحدى أكثر تجاربهم الجنسية اتقاداً بكلمات مثل: "لقد شعرنا بأننا نعتلي بعضنا"، وبالفعل هم يفعلون ذلك، إنهم يهاجمون بعضهم كما تفعل الذئاب الجائعة، والحالة الأساسية هنا هي التملك العدائي وليس السعادة أو الحب.

عندما نقول أن ذاتنا تكتمل بالناس، أو الطعام، أو أشياء أخرى، فهذا مجرد شكل قديم من أشكال التعبير عن التملك والاستحواذ. وفي الحالة الأخيرة، فإن الشيء الذي أمتلكه يمكن أن يُؤخذ مني عنوة من قبل قوة أعظم، أو بالخديعة أو سوى ذلك، وهكذا فإن استحواذي على الشيء يتطلب وضعاً اجتماعياً يضمن لي ملكيتي.

إذا ابتلعتُ الشيء الذي أريد الاحتفاظ به، سيصبح بأمان بعيداً عن تدخل الآخرين، ولا يمكن لأحد أن يسلبني ما ابتلعته. يتجلى هذا النمط الأولي من الامتلاك بوضوح في محاولة الطفل لوضع الأشياء في فمه، فهذه هي طريقته الأولى للتملك بأمان. لكن بالطبع، طالما أن الأمر يتعلق بالأشياء الفيزيائية (الملموسة)، فإن طريقة الابتلاع محدودة للغاية، ويمكن أن تطبق فقط على الأشياء القابلة للابتلاع ولا تؤذي جسدنا. وهنا نجد جذوراً للكانيبالية (أكل لحوم البشر): إذا اعتقدت أن جسد الإنسان، خصوصاً القوي والشجاع، يمنحني القوة، فإن التهامه هو المعادل للحصول على العبد.

ولكنْ هنالك نمط من الاستهلاك لا يتم عبر الفم بالضرورة، وأفضل مثال على ذلك هو السيارات الخاصة. يمكن المجادلة بأنها الملكية الوظيفية، ولهذا السبب فإنها غير معادلة للملكية غير الوظيفية (الجامدة). وقد كان هذا الجدل سيقارب الحقيقة لو أن السيارة الخاصة هي حقاً وظيفية ـ لكنها ليست كذلك. إنها لا تحفز أو تفعّل أياً من قوى الإنسان. إنها إلهاء يمكّن الشخص من الهروب بنفسه، وتنتج إحساساً موهماً بالقوة، وتساعد على تشكيل إحساس بالهوية بناء على نوع السيارة التي يقودها الإنسان. إنها تمنعه من المشي والتفكير، وتجعل من المستحيل إجراء محادثة بناءة، وتحفّز المنافسة. سيحتاج المرء لتدوين كتاب كامل لإعطاء الوصف الكامل عن الوظيفة غير العقلانية والمرضية للنمط الاستهلاكي الذي تمثله السيارة الخاصة.

وخلاصة القول أن: الاستهلاك غير الوظيفي، وبالتالي المرضي، مشابه للتملك. إن هذين النمطين للتجربة يضعفان ـ بل ويدمران ـ تطور الإنسان المنتج، ويحرمانه من حيويته، ويحولانه إلى شيء. أتمنى أن تتضح تجربة التملك والاستهلاك اللا وظيفي بينما نقارنها مع تجربة الوجود المعاكسة لها.

الفصل السادس

17. من التملك إلى الكينونة المثلى

إذا كانت "الكينونة" (بالمعنى الذي عرفناه في بداية الكتاب) ـ والتي تؤدي دورها كشخص، وليس كأداة ـ هي الهدف الأعلى لجهود الإنسان، فإن هنالك طريقتين محددتين تدعمان وصول تلك المبادرة إلى الهدف التالي: *اختراق نرجسية الإنسان واختراق بنية الملكية في وجود الإنسان.*

إن النرجسية نزعة تتوجه فيها كافة مشاعر واهتمامات الإنسان إلى شخصه: جسده، وعقله، ومشاعره، واهتماماته الشخصية، إلخ. وكما هي حالة نرسيس، يمكننا القول إن الشخص النرجسي شخص واقع في حب نفسه، إذا كان بإمكاننا إطلاق تسمية الحب على حالة الافتتان. بالنسبة للشخص النرجسي، فإن الحقيقة الكاملة هي فقط نفسه وكل ما يشكّل اهتماماته، وما هو خارجي، وما يهم الآخرين هو حقيقي فقط بالمعنى الظاهري للإدراك، ويمكننا القول بأنه حقيقي بالنسبة لمشاعر المرء وعقله. لكنه ليس حقيقياً بالمعنى الأعمق، أي بالنسبة لمشاعرنا أو إدراكنا. وفي الواقع هو مدرك فقط للعالم الخارجي بالقدر الذي يؤثر فيه محيطه

الخارجي. وهكذا، ليس عنده حب، أو تعاطف، أو عقلانية، أو حكم موضوعي. إن الشخص النرجسي يبنى جداراً غير مرئي حول نفسه. وهو يرى نفسه أنه كل شيء، والعالم لا شيء، أو بالأحرى: هو العالم.

إن المثالان المتطرفان عن النرجسية المطلقة هما الأطفال المولودون حديثاً والمجنون، كلاهما غير قادر على الارتباط بالعالم. (وخلافاً لما افترضه فرويد وآخرون فإن المجنون ليس منفصلاً بالكامل، إنه منطوٍ على نفسه. لكن لا يمكن للطفل أن ينطوي على نفسه لأنه لم ينفتح بعد أبعد من أنويته. لقد أشار فرويد إلى هذا الفرق بالتمييز بين النرجسية "الأولية" و"الثانوية"). وبأي حال، فقد تم تجاهل حقيقة أن الإنسان الناضج العادي يمكنه أيضاً أن يكون نرجسياً، وإن يكن ليس بالضرورة إلى درجة أولئك المتطرفين. وغالباً ما يُظهر الإنسان الناضج العادي نرجسيته بشكل واضح على الرغم من أنه غير مدرك لها. إنه يفكر، ويتحدث، ويتصرف فقط بالإشارة إلى نفسه، ولا يظهر اهتماماً أصيلاً وحقيقياً بالعالم الخارجي. وعلى النقيض من ذلك، فإن الإنسان "العظيم" يجد نفسه مثيراً للاهتمام، ويجد أن من المنطقي للغاية أن نستمتع برغبته باستعراض عظمته. وإن كان الإنسان العادي ذكياً، لماحاً، قوياً، غنياً، وفاتناً أو مشهوراً، فسوف لن يوفر فرصة لاستعراض نرجسيته. ولكن، يحاول العديد من الأشخاص إخفاء نرجسيتهم بإظهار أنهم متواضعين وبسطاء، أو بأسلوب حاذق يظهرون اهتماماً بالشؤون السياسية، والدينية، والغامضة، وكل ما يبدو أنه أبعد من اهتماماتهم الشخصية.

يمكن إخفاء النرجسية بكثير من الأقنعة، حتى ليمكننا القول إنها أكثر الصفات النفسية صعوبة على الاكتشاف، حيث يحتاج اكتشافها جهداً

ويقظة كبيرين. لكن إذا لم يكتشفها المرء ويحدّ منها بشكل جيد، فإن الطريق باتجاه اكتمال الذات مسدود حتماً.

وبشكل مشابه، مع الانتباه إلى الاختلاف التام عن النرجسية، فإن الغرور والأنانية، وهما نتيجتان للملكية أو التملك، حالتان وجوديتان أيضاً. إذ أن الشخص الذي يعيش واحدة من هاتين الحالتين ليس بالضرورة نرجسياً بنسبة فائقة. يمكن للمغرور أو الأناني أن يكون قد تمكن من الخروج من بوتقة نرجسيته، ويدرك الواقع الموجود خارج ذاته بشكل كافٍ، كذلك ليس من الضرورة أن يكون "واقعاً في حب ذاته". إنه يعرف "ذاته" و"الآخرين"، وبإمكانه التمييز جيداً بين تجربته الشخصية والواقع. ومع ذلك فإنه يريد الحصول على كل شيء لنفسه، ولا يشعر بالسعادة في العطاء أو المشاركة أو التعاون أو التكافل أو الحب. إنه حصن مغلق، لا يثق بالآخرين، يتوق إلى الأخذ ويتمنع عند العطاء. إنه يمثل، وبشكل كبير، الشخصية الشرجية الاستحوائية (anal - hoarding character). إنه وحيد، غير مرتبط، وتكمن قوته في ما يملكه وفي الأمن الذي يشعر به نتيجة الأشياء التي يحتفظ بها. ومن الناحية الأخرى، فإن الشخص النرجسي المتطرف ليس بالضرورة أنانياً، وذاتي التركيز، أو ينزع إلى التملك. إذ يمكن له أن يكون كريماً، معطاءً، ورقيقاً، لكن كلذه المواصفات تكافئ حقيقة أنه لا يختبر وجود الآخرين على أنه واقع. ويمكن التعرف على الشخص النرجسي بسهولة حيث تكون ردود أفعاله العفوية كريمة ومعطاءة أكثر منها متمنعة ومعاندة. وبما أنه من النادر تمييز النزعتين ـ النرجسية والأنانية ـ عن بعضهما بالكامل، فيجب أن نقبل حقيقة وجوب اختراق الحالتين لتطور الشخصية: اختراق النزعة النرجسية، والنزعة التملكية لدى المرء.

يكمن الشرط الأول للتغلب على أنانية الإنسان في القدرة على إدراك تلك الأنانية، وهي أسهل من مهمة إدراك نرجسية الإنسان، ويعود ذلك إلى أن حكم المرء في هذه الحالة أقل تشوهاً، ويمكن للمرء التعرف على الحقائق بسهولة أكبر، ولأن إخفائها أصعب. وبالطبع فإن تعريف الأنانية أمر *ضروري* للتغلب عليها، وإن كان هذا ليس *كافياً* على الإطلاق. الخطوة الثانية الواجب اتخاذها هي إدراك جذور النزعة التملكية، مثل إحساس المرء بقلة الحيلة، والخوف من الحياة، ومن حالة الالتباس، وعدم الثقة بالآخرين، والكثير من الجذور الواهنة والتي تطورت سوية إلى أن تماسكت واشتدت واصبح من المستحيل اجتثاثها.

كذلك فإن وعي هذه الجذور ليس كافياً، إذ يجب أن تصحبه تغييرات في الممارسة، أولاً وقبل كل شيء بالتخلي عن الأنانية. يجب أن يتخلى المرء عن شيء ما، أو يتقاسم شيء ما مع الآخرين ويمر بحالة القلق الناتجة عن هاتين الخطوتين. سيكتشف المرء حينها أن خوفه من فقدانه لذاته، الذي يتنامى عندما يفكر بفقدان الأشياء، هو الدعامة الأساسية لإحساسه بذاته. ولا يعني هذا فقط التخلي عن بعض الممتلكات، لكن والأمر الأكثر أهمية هو التخلي عن بعض العادات والأفكار المألوفة، تعريف المرء لحالته، وحتى عن عبارات اعتاد المرء أن يكررها، وكذلك الصورة التي شكلها الآخرين عنه (أو تلك التي يتمنى المرء أن يشكلها الأخرين عنه، ويحاول أن يكونها)، باختصار، أن يحاول المرء تغيير السلوك الروتيني في كافة مجالات الحياة بدءاً من عادات الفطور وصولاً إلى عادات ممارسة الجنس. وأثناء محاولة القيام بهذا فإنه سيتحكم بالأمور التي تسبب له القلق، وكنتيجة لعدم الإذعان لها فإن ثقته بنفسه سوف تنمو وسيصبح بإمكانه القيام بأمور كان يعدها مستحيلة فيما مضى، وهكذا سوف ينطلق في المغامرة. يجب أن ترافق هذه العملية محاولة جادة ليخرج المرء من ذاته

ويتحول إلى الآخرين. وماذا نعني بهذا الكلام؟ الأمر شديد البساطة عندما نصيغه بالكلمات، ويمكن القول بأن انتباهنا سيتحوّل إلى الآخرين، إلى العالم أو الطبيعة أو الأفكار أو الفن أو الأحداث الاجتماعية والسياسية. ويعني توجيه اهتمامنا إلى العالم خارج الأنا العليا، بالمعنى الحرفي لكلمة الاهتمام، وهي كلمة مشتقة من الأصل اللاتيني **inter esse**، "أن نكون ضمن" أو "أو أن نكون هناك"، وليس أن نكون منطوين على ذواتنا. يمكن مقارنة تطور الـ "اهتمام" بالحالة التالية: يرى الشخص حوض سباحة ومن ثم يصبح بإمكانه وصفه. فهو الآن يتحدث عن الحوض من الخارج، وهو يصفه بطريقة صحيحة، لكن دون "اهتمام". لكن عندما يقفز داخل حوض السباحة ويتبلل وبعد ذلك يتحدث عن الحوض، فإنه يتحدث عنه بطريقة مختلفة كما لو كان شخصاً آخر يتحدث عن حوض آخر. إذ أنه الآن لم يعد مضاداً للحوض (على الرغم من أنهما لم يصبحا متطابقين أيضاً). ويعني تطور الاهتمام هنا أن يقفز الشخص داخل البركة لا أن يبقى مجانباً لها، أو مراقباً، أو منفصلاً عما يراه. وإذا كان لدى المرء الإرادة والتصميم على كسر قضبان سجن نرجسيته وأنانيته، وعندما يكون لديه الشجاعة الكافية ليتحمل نوبات متقطعة من القلق، وعندما يبدأ باختبار أولى لمحات السعادة والقوة التي يمكن له تحقيقها بين فينة وأخرى، عندها فقط سيدخل عنصر حاسم جديد على ديناميكية العملية. تصبح هذه التجربة الجديدة حافزاً حاسماً للانطلاق واتباع الطريق الذي رسمه لنفسه. وإلى ذلك الحين فإن ما يقوده هو جميع اعتباراته العقلية وعدم الرضا الذاتي. لكن هذه الاعتبارات قد ترافقه لفترة قصيرة فحسب، وستفقد سلطتها عليه في حال لم تأتِ العناصر الجديدة ـ تجربة الكينونة المثلى ـ بشكل عابر وسريع، وسيشعر المرء بتفوقه على كل ما اختبره في السابق، وبالتالي

سيصبح لديه حافزاً أقوى لتطور أكبر ـ التطور الذي يصبح أقوى في داخله وسيطور ذاته بذاته.

ومرة أخرى أختتم القول بأن: الإدراك، والإرادة، والممارسة، وتحمّل الخوف وتحمّل التجربة الجديدة، جميعها ضروريات لنجاح تحول الفرد. وعند نقطة معينة فإن طاقة واتجاه القوى الداخلية يتغيران بالحد الذي يتغير فيه شعور المرء بهويته أيضاً. وفي حالة تملك الوجود فإن شعار المرء هو" *أنا* أساوي ما *أملك*"، ولكن بعد عملية التحول يصبح شعاره: "أنا أساوي ما أعمل" (بمعنى النشاط المقبول)، أو ببساطة: "أنا أكون ما أنا عليه"

الفهرس

من الحق أن كل الكائنات الحية، سواء كانت حيوانات أو بشراً، ترغب بالحياة، ولا تموت هذه الرغبة إلاّ ضمن ظروف استثنائية غير طبيعية، مثل رزوح المرء تحت ألم لا يمكنه احتماله، أو عندما تجتاح الإنسان مشاعر جارفة مثل الحب والكره والفخر والولاء، إذ يمكن لهذه المشاعر أن تكون أقوى من رغبة الإنسان بالحياة نفسها . ويبدو أن الطبيعة، أو يمكنكم القول إنها عملية الاصطفاء، قد وهبت كل كائن حي الرغبة بالحياة، ومهما تكن الأسباب التي يعتقد أنها وراء رغبته في الحياة، فهذه مجرد محاولات لعقلنة ذلك الدافع البيولوجي والغريزي الذي منحته إياه الطبيعة .

الحقيقتان اللتان لا تحتاجان إلى تفسير هما: "نحن نرغب بالحياة" و"نحن نحب أن نحيا الحياة"، لكن الأسئلة التي تحتاج إلى إجابة هي: "كيف نرغب أن نعيش؟" "ما الذي نبتغيه من الحياة؟" "ما الذي يجعل الحياة ذات معنى بالنسبة لنا؟"

يجيب الناس بإجابات مختلفة على هذه الأسئلة، والتي تتشابه بشكلٍ أو بآخر، فهنالك من سيقول أنه يرغب بالحب، وغيره يصرح بأنه يرغب بالسلطة، وهنالك من يتحدث عن رغبته بالشعور بالأمان، وغير هذا وذاك من يقول إنه يرغب بالمتع الحسية والراحة، وسواه من يرغب بالشهرة بيد أن الكثيرين سيتفقون على أن ما يرغبون به هو "السعادة"، وهذا أيضاً ما صرح به معظم الفلاسفة وعلماء الدين قائلين إنه الهدف الذي يسعى إليه الإنسان لكن إذا كانت السعادة تتضمن المعاني المختلفة السابقة، والتي تعتبر حصرية بشكل كبير، فإنها تصبح مجردة، وبالتالي تفقد قيمتها، سوى أن المهم حقاً هو دراسة معنى كلمة "السعادة" كما يراها الشخص العادي أو الفيلسوف .

لوحة الغلاف : الفنان تيسير طبيشات

عبير

9789933432327

دار الحوار للطباعة والنشر والتوزيع

سوريا - اللاذقية - ص. ب 1018 هاتف 422339